Rocznik VIII Wrzesień—październik 1927 Zeszyt 9—10

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Miesięcznik poświęcony higjenie szkolnej i wychowawczej, oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, armji i stowarzyszeniach, organ Sekcji W. F. i H. Szk. przy T. N. S. W., jeden z organów Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Studjum Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn., Polskiego Związku Sokolego, Związku Harcerstwa Polskiego, Zjednocz. Młodz. Pol., polecony przez Ministerstwo W. R. i O. P. i Państw. Urząd W. F. i P. W., zaszczycony nagrodą z fundacji G. Piramowicza.

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki, Poznań, Chełmońskiego 20, II. piętro.

Dr. med. et phil. *Stefan Szuman*, docent Uniw. Pozn.

O testach ruchowych i możliwości zastosowania ich do wychowania fizycznego.

Zastosowanie testów w różnych dziedzinach pedagogiki stało się tak ogólne i powszechne, że słusznie spytać można, czemu dotąd w dziedzinie wychowania fizycznego testów się nie stosuje. Polega to niewątpliwie na tem, że dotąd między wychowaniem fizycznem a psychologją, która głównie zajmuje się nauką o testach, ich wynajdowaniem i opracowaniem, istniał tylko bardzo luźny związek. Podczas gdy dla pedagogji w ogóle psychologja od pół wieku stała się nauką podstawową, wychowanie fizyczne opierało się dotąd prawie wyłącznie na anatomji i fizjologji, na antropologji i medycynie. W dawniejszych czasach pojawiały się coprawda niekiedy próby nawiązania stosunków między wychowaniem fizycznem a psychologją, jak n. p. artykuł prof. E. Piaseckiego*).

*) E. Piasecki. Wpływ ćwiczeń cielesnych na rozwój psychiczny młodzieży. „Wiedza i życie", t. XII, Lwów (Altenberg) 1899.

Od kilku lat mnożą się wysiłki w tym kierunku. Szczególnie niemiecki psycholog Schulte*) pracuje w tej dziedzinie i opublikował w r. 1925 już dość poważną pracę synteyczną. Z polskich nowszych prac wymienimy studjum prof. S. Błachowskiego**). Jednak daleko jeszcze do owocnego zużytkowania w dziedzinie wychowania fizycznego wszystkiego tego, co psychologja mogłaby i powinna dać pedagogice, zajmującej się problemami celów i środków kształcenia strony fizycznej wychowanków. Wina leży również po stronie psychologji, bo wykształciła ona dotąd bardzo mało gałęź, najważniejszą dla wychowania fizycznego, to jest psychologję ruchu.

Pozornie zresztą między psychologją a wychowaniem fizycznem mało jest związku, jako że pojmuje się tradycyjnie psychologję jako naukę zajmującą się tylko przejawami duchowemi (introspekcyjnemi), a wychowanie fizyczne jako kształcenie wyłącznie strony fizycznej człowieka. Jest to jednak stanowisko przestarzałe. Do psychologji wprowadził Stern pojęcie psychofizycznej neutralności, stwierdzając z naciskiem, że nie istnieją przejawy życia psychicznego bez towarzyszących im zmian życia fizycznego organizmu i naodwrót. Inne kierunki psychologiczne, jak n. p. refleksologja Bechterewa lub behawioryzm amerykański, uprawiają psychologję „bez duszy", to znaczy zajmują się wyłącznie manifestacjami organizmów na zewnątrz, ich ruchami w środowisku i reakcjami ruchowemi na środowisko. Z drugiej strony wychowawcy fizyczni stawiają sobie obecnie nieraz pytanie, jaki wpływ ma wychowanie fizyczne na odwagę***), na charakter i wogóle na rozwój psychiczny jednostki. Wychowanie fizyczne i psychlogja mają więc niewątpliwie częściowo wspólne pole działania.

Wracamy jednak do problemu testów ruchowych, którym w niniejszym artykule wyłącznie zamierzamy się zająć. Odróżnia się naogół w psychologji i pedagogice trzy rodzaje testów: testy wieku, testy zdolności i testy wia-

*) Schulte. Eignungs- u. Leistungsprüfung im Sport. Berlin (Hakkebeil). 1925.

**) S. Błachowski. Chronometryczne badanie nad przebiegiem startu. Poznań 1924. Czcionkami Druk. Uniw. Pozn.

***) Por. Dr. Szuman. Strach i odwaga. „Wychowanie Fizyczne" 1924.

domości*). Testy wieku pozwalają nam określić, jak dalece badane dziecko pod pewnym względem jest rozwinięte w stosunku do wieku, w którym się znajduje. Dany test jest bowiem taki, że trzy czwarte dzieci danego wieku potrafią go rozwiązać, czyli że przeciętnie normalne dziecko w tym wieku daje sobie z nim radę. Testy zdolności natomiast są sprawdzianami nie poziomu rozwoju psychicznego w stosunku do wieku danego osobnika, lecz jego indywidualnych zdolności w danej dziedzinie w porównaniu ze zdolnościami innych osobników wogóle. Mierzą one uzdolnienia specjalne, ich silne rozwinięcie, lub ich brak. Podczas gdy każde normalne, przeciętne indywiduum musi posiadać pewne podstawowe właściwości psychiczne w danym wieku, aby właśnie być zaliczonem do jednostek przeciętnych i normalnych tego wieku (testy wieku), to pod względem specjalnych uzdolnień i talentów w dużej mierze niezależnie od wieku dwa zupełnie normalne indywidua mogą się różnić bardzo znacznie. Piotr n. p. może posiadać duże zdolności do muzyki, podczas gdy Paweł jest zupełnie niemuzykalny. Dobry test wieku zostaje rozwiązany dopiero przez dzieci danego wieku, dla którego jest przeznaczony. Natomiast dobry test zdolności rozwiązują tylko dzieci danego wieku utalentowane pod tym względem, ale pozatem także młodsze osobniki, mające uzdolnienie specyficzne na tem polu.

Testom zdolności i wieku należy wkońcu przeciwstawić testy umiejętności. Pierwsze dwa rodzaje testów są bowiem wykładnikami właściwości i zdolności duchowych, istniejących i rozwijających się w pewnej mierze niezależnie od wiadomości nabytych. Mają one sprawdzić, czy dany osobnik niezależnie od pilności, ćwiczenia, doświadczenia, umie rozwiązać pewne zagadnienie, mieszczące się w teście, jaki mu dajemy do rozwiązania. Natomiast testy umiejętności mają właśnie stwierdzić, jakie postępy zrobił on w danej dziedzinie, w której pracował, w której pobierał naukę na równi z innymi. Testy wiadomości odpowiadają zatem w pewnej mierze tradycyjnym egza-

*) Por. a) I. Joteyko. Metoda testów umysłowych, rozdz. IV. Książnica-Atlas 1924. b) E. Claparède. Comment diagnostiquer les aptitudes chez les écoliers. Paris (Flammarion) 1924. c) W. Stern. Die Intelligenz d. Kinder u. Jugendlichen. Leipzig (Barth) II 1920.

minom szkolnym, różniąc się od nich formą, i przewyższając je przedewszystkiem pod względem objektywności, bo są miarą nietylko ścisłą, ale umożliwiającą klasyfikację, dającą się wszędzie na świecie jednolicie zastosować.

Zajmiemy się teraz testami ruchowemi z punktu widzenia właśnie dokonanego podziału testów. Zdaniem naszem z testami wiadomości należy porównać *próby sprawności fizycznej*. Mamy na myśli nie wszelkiego rodzaju egzaminy i próby sprawności, jakie się stosuje w nauce gimnastyki i sportów i które, o ile nam wiadomo, nie są dotąd jednolicie opracowane i w praktykę wprowadzone. Myślimy tu o próbach sprawności fizycznej krajów skandynawskich, uprawniających uczniów i osoby dorosłe, w razie zadania próby, do noszenia tak zwanej odznaki sportowej. Odznaka sportowa ma coprawda na celu podnieść poziom sprawności fizycznej w danem społeczeństwie i próba sprawności fizycznej uprawniająca do takiej odznaki nie została stworzona, aby mierzyć objektywnie poziom rozwoju fizycznego w danym wieku, lecz na to, aby go podnieść w danem społeczeństwie. W rzeczywistości jednak próba sprawności fizycznej (o odznakę sportową) odpowiada testom wiadomości. Próba polega bowiem na tem, że dziecko w danym wieku (wzgl. dorosły) wykazuje szereg ćwiczeń, jakie w danym wieku przeciętna dzieci (dorosłych) zdolna jest wykonać, o ile pobierała naukę w tej dziedzinie i przez nią zdobyła potrzebne wiadomości, a dzięki ćwiczeniom potrzebną sprawność do wykonania próby. W Polsce próby sprawności o odznakę sportową zostały już kilka lat temu opracowane najpierw przez ppłk. W. *Sikorskiego* (Poznań), następnie w odmiennej formie również przez innych autorów i niektóre polskie związki sportowe. Projekty te przedstawiono Związkowi Pol. Związków Sportowych, oraz Państw. Urzędowi Wych. Fiz., celem zrealizowania i wprowadzenia w całem państwie, co dotąd, o ile nam wiadomo, jeszcze nie nastąpiło. Próba polega na tem, że chłopiec w danym wieku utrzyma się pływając tak a tak długo na wodzie, że wykona skok o danej wysokości, że przebiegnie odległość 100 m conajmniej w tylu a tylu sekundach i t. p. Aby wykonać próbę, trzeba się tedy uczyć pływać, skakać, sprawnie biegać. Jest to zatem sprawdzian wiadomości

nabytych dzięki nauce, dzięki ćwiczeniom, dzięki umyślnemu poświęcaniu czasu, aby wyrobić w sobie daną sprawność. Przypuśćmy zatem, że próba sprawności fizycznej odpowiada jako taka pewnym innym warunkom, jakie stawiamy testom w ogóle (będzie o tem jeszcze mowa), a będziemy ją mogli nazwać testem wiadomości w dziedzinie wychowania fizycznego.

Psychologja i tak samo pedagogika dążą jednak do otrzymania testów, mierzących nietylko sprawność nabytą, „wiadomości" jednostki, lecz jej wrodzone uzdolnienie. Coprawda testy wieku i testy zdolności zawsze w pewnej mierze są obrazem nietylko wrodzonych zdolności, lecz miarą sprawności, będącej wynikiem zarówno tych zdolności, jak umiejętności nabytej ćwiczeniem i doświadczeniem. Jednak ideałem testowania zdolności jest zupełne wyłączenie czynnika wprawy, nauki i życiowego doświadczenia. Do tego ideału zbliżają się niektóre testy, stosowane w psychologji, w mierze dla praktyki dostatecznej. Należy zatem szukać także testów wieku i zdolności w dziedzinie wychowania fizycznego. Okazuje się, że takie testy już istnieją, chociaż wychowawcy fizyczni, jak się zdaje, zarówno zagranicą jak u nas, o nich nie wiedzą. Tłumaczy się to tem, że zostały one opracowane przez psychjatrów, wydane pierwotnie w języku tylko rosyjskim i były przeznaczone narazie dla celów diagnostycznych psychjatrycznych. Są to testy ruchowe Ozjereckiego i Gurewicza, lekarzy rosyjskich, pracujących, o ile mi wiadomo, wspólnie z Bechterewem.

Wspomniałem już, że psychologja jako taka dostarczyła wychowaniu fizycznemu mało pożytecznych wiadomości, bo nie wykształciła dotąd dostatecznie wiedzy o psychologji ruchu. Fakt znamienny, że po „psychologji ruchu" Woodwortha*), jaka się ukazała ćwierć wieku temu, nie pojawiła się w żadnym języku monografja tego przedmiotu. Natomiast psychjatrzy zebrali w ostatnich trzydziestu latach dużo ciekawego materjału o zmianach funkcyj ruchowych człowieka pod wpływem chorób mózgowych i zaburzeń psychicznych. Od czasu klasycznej pracy Liepmanna**) o apraksji, temat ten nie przestaje być aktu-

*) Woodworth. Psychologie du movnement (tłum. franc.) Paris (Doin) 1903.

**) Liepmann. Uber Störungen d. Handelns bei Gehirnkranken. Berlin (Karger) 1905.

alnym. Niemniej ważne dla psychologji ruchu stały się obserwacje psychiatrów, dotyczące synkinezji. Wkońcu prace M o n a k o w a nad lokalizacją funkcyj ruchowych w mózgu mają pierwszorzędne znaczenie dla teorji ruchu. Otóż testy ruchowe O z j e r e c k i e g o i G u r e w i c z a są niewątpliwie owocem doskonałej znajomości literatury ruchowej patologicznej, jaką ci autorzy jako psychjatrzy zdobyli.

W niniejszym, krótkim szkicu nie możemy się szczegółowo zająć ich testami. Zależy nam głównie na tem, aby wskazać wychowawcom na istnienie tych prac. Spodziewamy się pozatem, że będziemy mogli w niedługim czasie zdać obszerniej sprawę z ogółu prac, dokonanych na tem polu, oraz z własnych badań, jakie prowadzimy nad rozwojem ruchowym dziecka. Tu chodzi nam szczególnie o to, że można w wychowaniu fizycznem zastosować trzy wspomniane rodzaje testów. Jeżeli chodzi o testy O z j e r e c k i e g o*), to mają one być właśnie testami wieku, jak wynika z ich nazwy „Skala metryczna rozwoju funkcyj ruchowych dziecka".

O z j e r e c k i j podał testy ruchowe dla dzieci w wieku od 4 do 15 lat. Dla każdego wieku opracował serję sześciu testów. Postaramy się o wydanie testów w polskim języku (może w niniejszem czasopiśmie), a na razie odsyłamy czytelinika do oryginału rosyjskiego, lub francuskiego, wzgl. niemieckiego tłumaczenia.

Czemu te testy są testami wieku, a nie testami wiadomości? Otóż, O z j e r e c k i j żąda w poszczególnych próbach (testach) od dziecka wykonania ruchów nie nauczonych w nauce gimnastyki, lecz takich ruchów, jakie dzieci w danym wieku umieją wykonać, bez specjalnej nauki. Każde dziecko rozwija się ruchowo spontanicznie i samodzielnie i tę ruchowość, niezależną od nauki gimnastyki, należało zbadać i ustalić jej rozwój tak, aby uzyskać skalę metryczną, mogącą służyć jako norma. Testy O z j e r e c k i e g o nie są coprawda wszystkie rzeczywistemi testami wieku. W skali jego jest dużo testów wiadomości, ale o tem później.

---

*) Oseretzky. Zeitsch. f. Kinderforschung. Odbitka w jęz. niem. Berlin (Springer) 1925; odbitka francuska inst. J. J. Rousseau, Genève.

Naogół Ozjereckij dobrał testy odpowiednie. Przytoczymy kilka przykładów.

a) Marszczyć czoło i t. p. Wymagamy od dziecka czteroletniego, aby to umiało zrobić. Dopiero dziecko siedmioletnie umie jednak podnieść brwi, nie innerwując i nie ściągając równocześnie innych części twarzy (*Mitbewegungen*, synkinezja). Lecz dopiero ośmioletnie dziecko, według Ozjereckiego, umie na komendę zamknąć jedno oko na 10 sek., a następnie drugie, bez pomocy rąk, dziewięcioletnie powinno umieć wyszczerzać równocześnie zęby i podnosić brwi, a dwunastoletnie dopiero potrafi zamykać kilkakrotnie naprzemian oko prawe i lewe.

b) Stać na jednej nodze i t. p. Czteroletnie dziecko stoi przez 15 sek. na jednej nodze, mając oczy otwarte, lecz dopiero sześcioletnie umie zrobić to samo z oczyma zamkniętemi, a dopiero dzieci trzynastoletnie umieją się utrzymać 5 sek., stanąwszy na głowie i opierając się równocześnie nogami o mur.

c) Skoki. Dzieci czteroletnie zaczynają umieć skakać na miejscu, podnosząc równocześnie obie nogi, sześcioletnie w ten sam sposób umieją przeskoczyć przeszkodę wysokości 20 cm. (test się nie udał, jeżeli przechodzą), dzieci jedenastoletnie to samo 35 cm, trzynastoletnie 55 cm.

Oto trzy przykłady testów Ozjereckiego. Na jakiej teoretycznej zasadzie opierają się te testy? Otóż, odnoszą się one do stopniowego rozwoju motoryczności ludzkiej, którą w przeciwieństwie do motoryczności wyrabianej przez specjalne ćwiczenia gimnastyczne, pracę zawodową i t. p. nazwijmy motorycznością naturalną. Nasz pierwszy przykład (testy a), jest sprawdzianem rozwoju ruchowego pod względem usamodzielniania z wiekiem poszczególnych grup mięśniowych. U zupełnie małego dziecka, przy innerwacji n. p. mięśni twarzy, wszystkie mięśnie twarzy kurczą się. Dziecko to nie umie innerwować oddzielnie mięśni jednego, a potem drugiego oka (zwieraczy powiek), innerwować równocześnie a oddzielnie dwóch grup mięśni twarzy (podnosić brwi i równocześnie rozwierać wargi, tak, aby ukazywały się zęby). Z wiekiem zdobywa jednak te

umiejętności, choć ich umyślnie i systematycznie nie ćwiczyło. Poprostu organizm dojrzewa tak dalece, że wspomniane ruchy są wykonalne i chociaż oczywiście również wspomniane funkcje ruchowe się doskonalą z okazji najróżniejszych w tym zakresie wykonywanych ruchów, to dzieje się to zupełnie bez wiedzy i umyślnego wysiłku danego osobnika, w sposób „naturalny". Zupełnie podobnie jest zdaniem naszem z rozwojem inteligencji, mierzonej testami inteligencji. Rozwija się ona również przy sposobności doświadczenia i wskutek ćwiczenia jej funkcji, następującego każdorazowo, gdy funkcja ta jest czynna. Chociaż inteligencja nie rozwijałaby się, gdyby nie było doświadczeń, na których się ćwiczy i rozwija, to jednak, dla celów praktycznych testowania, abstrahujemy od czynnika wyćwiczenia na tem naturalnem polu doświadczeń, i wyraźnie odróżniamy ją od wiedzy, nabytej w środowisku szkolnem „sztucznem", i mierzonej testami wiadomości.

Testy Ozjereckiego, wymienione pod b), odnoszą się do rozwoju równowagi. Utrzymanie równowagi jest zależne od należytego funkcjonowania aparatu statycznego śróducha (labiryntu etc.) w koordynacji z grupami mięśni potrzebnych przy utrzymaniu danej pozycji ciała i naodwrót, od pewnego wyćwiczenia tych mięśni we współpracy z labiryntem w danej pozycji równoważnej ciała. To wyćwiczenie występuje również „naturalną" drogą, choć można słusznie spytać, czy stawanie na głowie, wprowadzone przez Ozjereckiego do tej grupy testów, nie jest już zbyt „sztuczne" i nauczone. Tosamo w pewnej mierze dotyczy grupy c), t. j. skoków. Niewątpliwie każde normalne dziecko samorzutnie i samodzielnie uczy się skakać, lecz skoki wyższe wymagają już systematycznej nauki i umyślnych ćwiczeń.

Charakterystyczną cechą testów wieku jest wogóle, że nie wymagają one wykonania wyczynów maksymalnych i rekordowych, bo mierzą one przecież poziom przeciętny, osiągnięty drogą „naturalną", podczas gdy bądźto specjalne uzdolnienie, dopiero systematyczna nauka ponad ten poziom wyrusza. O wartości testów Ozjereckiego jako testów wieku (wieku — inteligencji) łatwo się przekona każdy, kto je zastosuje w szkole

dla dzieci niedorozwiniętych umysłowo. Dzieci te prawie bez wyjątku rozwijają się również motorycznie wiele gorzej od dzieci normalnych. (Dok. nast.)

Dr. Piotr Klamrzyński, lekarz szk.
Państw. Semin. Naucz., Białystok.

Przyczynek do indywidualizacji ćwiczeń cielesnych.

Zakres pracy lekarza szkolnego w ostatnich latach znacznie się rozszerzył. Jeżeli dawniej sprawy zdrowotne były na pierwszem miejscu, zwłaszcza po stwierdzeniu faktu, że wstępująca do szkoły młodzież zdrowa wychodzi z niej z osłabionym wzrokiem, skrzywieniami, anemiczna i t. d., to obecnie obowiązkiem lekarza szkolnego jest strzec młodzież od złych następstw pobytu w szkole tak pod względem fizycznym jak i duchowym. Jasną jest rzeczą, że przy takich wymaganiach lekarz szkolny musi z jednej strony: posiadać metody badań, umieć ocenić wpływ różnych form ćwiczeń cielesnych na organizm i mieć wiadomości teoretyczne i praktyczne w metodyce i systematyce ćwiczeń; z drugiej strony musi być obeznany z pedagogiką i dydaktyką, musi się orjentować w metodyce nauczania, która powinna być taką, żeby żadna praca nie była zbyt męczącą, żeby nie wywiera wpływu ujemnego na rozwój fizyczny i umysłowy t. j. na odporność organizmu i jego zdolności. Z punktu widzenia higjenicznego wszystkie zajęcia szkolne powinny być tak prowadzone, tak zainteresować ucznia, ażeby to było raczej wyładowaniem sił fizycznych i umysłowych ucznia, nie zaś ciężką pracą i wysiłkiem; praca więc powinna być różnorodna, przyjemna, z odpoczynkami, odpowiadać siłom, zdolnościom i upodobaniom ucznia. Na tem właśnie polega zasada indywidualizacji w nauczaniu w szkole ale jeszcze w większym stopniu w życiu, dając zadowolenie psychiczne i większą wydajność pracy. Przy indywidualizacji nauczania rola lekarza szkolnego polega na zbadaniu indywidualnych zdolności każdego ucznia przez stosowanie badań psychologicznych, na wyszukaniu dla każdego takiego zawodu, któryby najbardziej odpowiadał jego zdolnościom oraz na różniczkowaniu uczniów na typy stosownie do uzdolnień. Niestety, niema u nas indywidualizacji nauczania i niema wyboru zawodu, opartego na zasadach naukowych, a więc

nie może być należycie wyzyskany jeden z najważniejszych momentów nauczania — zainteresowanie; również niema u nas szkoły wielotypowej z 3-ma równoległemi oddziałami dla młodzieży normalnie rozwijającej się umysłowo, zdolnej i niedorozwiniętej, co jednych demoralizuje, drugich wyczerpuje i przemęcza ze szkodą dla zdrowia.

Zasada indywidualizacji ćwiczeń cielesnych również polega na tem, ażeby wybrać dla ucznia rodzaj ćwiczeń najbardziej odpowiadający uzdolnieniom i upodobaniom, wobec czego niezbędnem jest liczyć się nietylko z cechami rasowemi ucznia, lecz również z jego wiekiem, budową ciała oraz czynnościami ustroju. Najważniejszemi czynnościami naszego organizmu jest praca płuc i serca — wprawdzie wszystko w naszem ciele jest ważne, ale praca wyżej wskazanych organów jest najniezbędniejszą dla naszego istnienia, stan i działalność ich służą za miarę naszego zdrowia. Muszą więc one być należycie rozwinięte i dobrze funkcjonować, ponieważ jest to jednym z celów wychowania fizycznego, mianowicie celem zdrowotnym, praca zaś mięśniowa jest tylko środkiem, służącym do osiągnięcia tego celu.

Niepodobieństwem jest nawet w streszczeniu omawiać całokształt badań nad rozwojem fizycznym młodzieży ze względu na ilość i różnorodność problemów. Chciałbym tu tylko zwrócić uwagę na to, jak fatalne skutki na organizm zwłaszcza rozwijający się, na jego wartość i sprawność fizyczną wywierają ćwiczenia prowadzone szablonowo, pragnąłbym podzielić się tu swojemi spostrzeżeniami, porównać tegoroczne wyniki badań nad zdolnością serca do wysiłku z zeszłorocznemi, podzielić się wnioskami, jakie z tych spostrzeżeń można wyciągnąć, ograniczając się przytem do wniosków natury czysto praktycznej.

Zazwyczaj w szkołach ćwiczenia cielesne prowadzone są przez kierownika wychowania fizycznego bez żadnego udziału lekarza szkolnego. Mając nawet dane szczegółowe o fizycznym rozwoju młodzieży, o jej budowie, wychowawca fizyczny ma wprawdzie możność dokonywać selekcji jednostek uzdolnionych do poszczególnych działów sportu oraz, zgodnie z zasadą indywidualizacji, wybrać rodzaj ćwiczeń najbardziej odpowiadający uzdolnieniom i upodobaniom, to jednak, o ile dane te morfologiczne nie będą przez lekarza uzupełnione danemi fizjologiczne-

mi, wychowawca fizyczny nie będzie miał najmniejszego pojęcia o zdolności ćwiczących się do wysiłku i nie będzie mógł należycie dozować ćwiczeń cielesnych.

Badania fizjologiczne w postaci prób Flack'a i Martinet'a wprowadziłem w ubiegłym roku szkolnym. Pierwsza z nich jest zdolnością czynnościową dróg oddechowych i polega na określeniu maksymalnej długości dowolnego wstrzymania oddechu (u osobników normalnych ta wytrzymałość oddechowa trwa od 40 do 50 sekund). Druga próba, Martinet'a, jest reakcją serca na żądany wysiłek mięśniowy; nie tyle odgrywa tu rolę zmiana częstości tętna ile czas powrotu do normy (normalnie powrót ten następuje w ciągu 3 minut po 20 przysiadach gimnastycznych). Stan serca i jego zdolność czynnościową każdy lekarz pozna, ale tu nie tyle chodzi o stwierdzenie tych lub innych wad organicznych lub funkcjonalnych, ile o zdolność do wysiłku danego osobnika — to nas lekarzy szkolnych właściwie najbardziej interesuje, albowiem widząc dokładnie działanie różnych form wysiłku na organizm, możemy zgodnie z zasadą indywidualizacji doradzić, czy dane ćwiczenia są odpowiednie dla danego osobnika.

W ubiegłym roku szkolnym miałem w spostrzeganiu 131 seminarzystów, w bieżącym 156; ponieważ pewna liczba ukończyła szkołę, to w ciągu 2-ch lat pod obserwacją było zaledwie 98 uczniów — materjał stosunkowo skromny, zdecydowałem się jednak zdać sprawozdanie z wyników swych badań ze względu na ich doniosłe znaczenie praktyczne.

Tablica 1.

Lata wieku	14	15	16	17	18	19	20	21
% dodat. wyn. próby Martinet'a	100	100	80	100	81	78	88	50

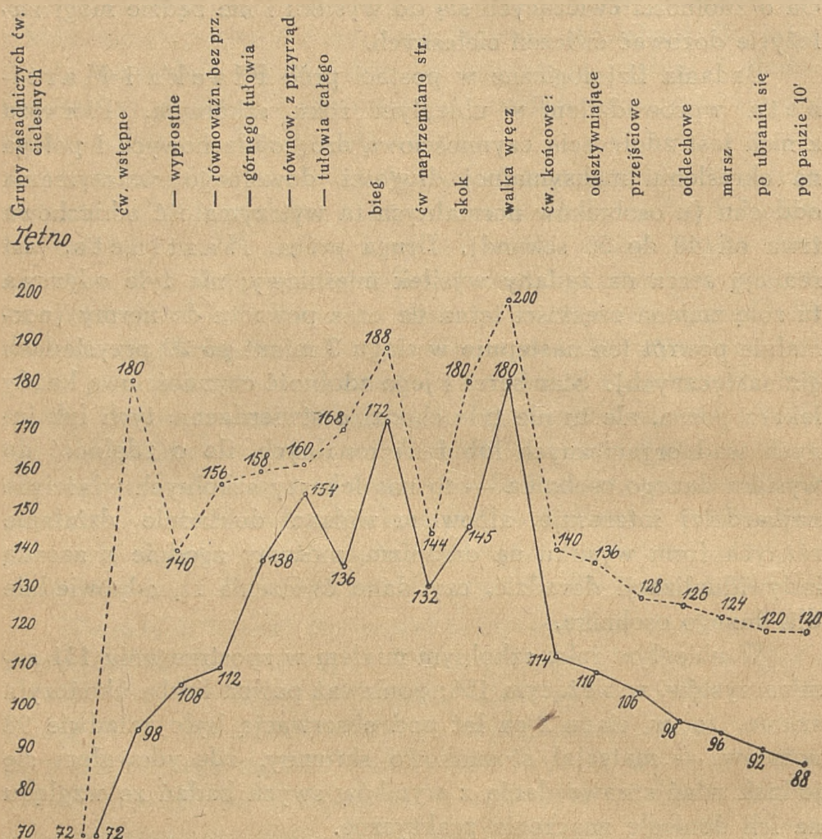
Kurs Sem. naucz.	I	II	III	IV	V
% dodat wyn. próby Martinet'a	97	92	86	76	37

Tablica 2.

Lata wieku	14	15	16	17	18	19	20	21
% dodat. wyn. próby Flacka	12	24	36	26	50	61	54	68

Kurs Sem. Naucz	I	II	III	IV	V
% dodat. wyniku próby Flacka	17	44	52	62	64

Tablica 3.



Zestawiwszy tablicę 1, przedstawiającą wyniki badań próby dynamicznej M a r t i n e t'a w stosunku do wieku i na poszczególnych kursach, wyrażone procentowo w znaczeniu dodatniem z tablicą 2, przedstawiającą w ten sposób co i poprzednia próbę F l a c k'a uderzony zostałem zupełnie odmiennemi wynikami; gdy przedstawiłem je w postaci krzywych, te krzywe wprost krzyżują się. Największy procent wyników dodatnich w próbie M a r t i n e t'a dają lata 14 i 15; na 1-szym kursie, gdzie są i starsi uczniowie, jest tylko 30% ich z niedostateczną zdolnością serca do wysiłku; z wiekiem zdolność ta systematycznie pogarsza się, a na V-ym kursie stanowi ⅔ uczniów. To znaczy, że wstępująca do szkoły młodzież pod względem zdolności ser-

ca do wysiłku przedstawia się zupełnie dobrze, po przebyciu zaś 5 lat w szkole wychodzi z niej ze znacznem osłabieniem tej zdolności serca. Zupełnie odwrotne stosunki przedstawia próba Flack'a, gdzie na I kursie daje ona zaledwie 17% uczniów z dobrym wynikiem; pobyt w szkole (a może wiek?) wywiera wpływ dodatni na wytrzymałość oddechową — krzywa wznosi się do liczby 64% na V kursie; znaczy to, że wyniki ujemne odnoszą się tu tylko do ⅓ uczniów. Uderzyć musiało i zastanowić każdego, dlaczego tak jest? Próbowałem tę niezgodność wyników powyższych prób wytłumaczyć w sposób następujący.

U nas w szkołach stosuje się gimnastyka szwedzka; ciągłe wszakże jej postępy metodyczne z nierówną prędkością dochodzą do różnych środowisk. Celem jej jest zdrowie, środkami zaś głównemi, służącemi do osiągnięcia tego celu bywają, przy metodzie nieco przestarzałej: prostowanie kręgosłupa i rozwój klatki piersiowej. Otóż u nas wychowawca fizyczny wywiązuje się z tych obowiązków zupełnie dobrze: klatka piersiowa u młodzieży rozwija się normalnie, czyli że pobyt w szkole pod tym względem wywiera na młodzież wpływ dodatni, lecz — niestety — gorzej dzieje się z trudniejszem zadaniem ćwiczenia serca. Nieliczenie się z zasadą indywidualizacji ćwiczeń cielesnych, nie uwzględnianie większej lub mniejszej zdolności serca do wysiłku, doprowadziło do skutków wprost przeciwnych od zamierzanych: zamiast wszechstronnie rozwinąć i wzmocnić organizm, osłabiło czynność jednego z najważniejszych organów. Powtarza się więc w stosunku do ćwiczeń cielesnych to, co przed laty zostało stwierdzone w stosunku do nauczania wogóle, a mianowicie, że szkoła działa ujemnie na zdrowie (wzrok, skrzywienia, przemęczenie i t. d.). Nie mogłem, rzecz prosta, zachować się obojętnie lub bezradnie wobec stwierdzonych faktów, zwłaszcza że główną winę ponosi tu lekarz szkolny, który powinien za wszelką cenę zapobiec powtórzaniu się na przyszłość podobnych objawów, spowodowanych nieliczeniem się z zasadą indywidualizacji ćwiczeń gimnastycznych.

Pozwolę sobie w paru słowach streścić sposób swojego postępowania:

Do badań wybrałem III kurs, który, jak wynikało z moich spostrzeżeń, przedstawiał się najlepiej z całego seminarjum pod względem rozwoju fizycznego, jak również i dlatego, że na tym kursie lekcja gimnastyki, która według pomiarów K e m s i e s'a siły męczącej różnych przedmiotów jest jednym z przedmiotów najtrudniejszych*), zawsze była lekcją drugą lub trzcią z rzędu. Wszystkich uczniów podzieliłem na dwie grupy; do pierwszej zaliczyłem takich, u których próba M a r t i n e t'a dała wyniki jak najlepsze, do drugiej, u których próba ta wypadła jak najgorzej. Lekcje gimnastyki w męskiem Seminarjum naucz. w Białymstoku prowadził p. K r a w c z y k według planu, gdzie grupy zasadnicze ćwiczeń cielesnych idą w następującym porządku: ćw. wstępne, ćw. wyprostne, — równoważne bez przyrządów, — górnego tułowia, — równoważne z przyrządami, — tułowia całego, bieg, ćw. naprzemianstronne, skok, walka wręcz, ćw. końcowe (odsztywniające, przejściowe, oddechowe, marsz). Po każdej grupie ćwiczeń (w ciągu całego pierwszego półrocza) badałem tętno co do ilości uderzeń u uczniów obydwu grup i wyprowadziłem z tych danych liczby przeciętne, które następnie przedstawiłem w postaci krzywej na tablicy 3, przyczem okazało się, że pod względem zdolności serca do wysiłku przebieg natężenia takiej normalnej lekcji gimnastyki jest nieco odmienny od teoretycznej krzywej (np. D e m e n y'e g o), mianowicie krzywa tętna u uczniów pierwszej grupy z dobremi wynikami pr. M a r t i n e t'a (linja pełna na tablicy 3) stopniowo wznosi się, w środku lekcji, w czasie biegu a zwłaszcza po walce wręcz dochodzi do *maximum* a następnie również stopniowo opada, dochodząc po ubraniu się do takiego poziomu na jakim była na początku lekcji po ćw. wstępnych, wracając po pauzie, to jest na początku następnej lekcji, do normy.

U drugiej grupy uczniów, u której próba M a r t i n e t'a dała wyniki najgorsze (linja przerywana na tablicy 3), krzywa odrazu po ćwiczeniach wstępnych podskoczyła do tak wysokich liczb, jak w pierwszej grupie po największym wyniku, w środku zaś lekcji — po biegu i walce wręcz, tętno było tak częste, że

*) Nowsze pomiary H. S i p p e l'a zaliczają jednak gimnastykę do przedmiotów lżejszych; patrz streszczenie tej pracy, „Wych. Fiz." r. 1924, str. 64-5.

Tablica 4.

Lata wieku	14	15	16	17	18	19	20	21
% dodat. wyniku próby Flacka	0	33,3	42,2	54,1	45	45,4	46,6	55,5

Kurs Sem. Naucz.	I	II	III	IV	V
% dodat. wyniku próby Flacka	25,5	44,1	55,1	34,4	66,5

Tablica 5.

Maksymalna długość dowolnego wstrzymania oddechu

	pogorszyła się i jest obecnie		polepszyła się i jest obecnie		pozostała bez zmian i jest obecnie	
	złą	dobrą	złą	dobrą	złą	dobrą
u	14 ucz.	8	10	25	21	16

Tablica 6.

Lata wieku	14	15	16	17	18	19	20	21
% dodat. wyników pr. Martin.	75	75	85	56,5	95	90,9	96,6	88,8

Kurs Sem. Naucz.	I	II	III	IV	V
% dodat. wyników pr. Martin.	79,6	70,6	93,1	93,1	93,3

Tablica 7.

Zdolność serca do wysiłku

	pogorszyła się i jest obecnie		pozostała bez zmiany	polepszyła się
	złą	dobrą		
u	13 ucz.	10	37	38

nieraz wprost niemożliwem było je zliczyć; po ćwiczeniach końcowych krzywa tętna opadała bardzo powoli, zatrzymując się w ciągu dłuższego czasu (po ubraniu się i pauzie) na 120 uderzeniach na minutę, czyli że lekcja następna dla tej grupy uczniów odbywała się w warunkach dla serca nienormalnych, zwłaszcza, jeżeli się zważy, że każda lekcja jest pewną podnietą nerwową, mogącą wywrzeć ten lub inny wpływ na serce.

Z przytoczonych spostrzeżeń wynika, że istnieje ścisła współzależność między czynnością serca a rodzajem ćwiczeń cielesnych, co narzuca lekarzowi szkolnemu sposób dalszego postępowania w stosunku do uczniów z osłabioną zdolnością serca do wysiłku, których należy otoczyć specjalnie troskliwą opieką, którym należy dozować ćwiczenia cielesne bardzo oględnie. Roz-

wiązanie tych zagadnień możliwem jest wtenczas tylko, jeżeli istnieje jaknajściślejsza współpraca lekarza szkolnego z kierownikiem wychowania fizycznego. U nas w Seminarjum Białostockiem samo życie wysunęło konieczność tego kontaktu, który w danym wypadku polegał na tem, że kierownikowi wychowania fizycznego wręczyłem spis wszystkich uczniów Seminarjum z ilościowem oznaczeniem wyników próby Martinet'a w skali 5-cio stopniowej, uzależniając stopień od tego, w ciągu ilu minut tętno wysiłku przyszło do normy, z prośbą stosowania mniej forsownie ćwiczeń wstępnych w stosunku do uczniów z osłabioną zdolnością serca do wysiłku oraz z prośbą albo zwolnienia ich zupełnego od biegu i walki wręcz, albo też zamiany tych ćwiczeń na inne — lżejsze. Zasada więc indywidualizacji w stosunku do ćwiczących się fizycznie, wprawdzie w grubych zarysach, była jednak wprowadzona i systematycznie stosowana. Na początku bieżącego 1926—27 roku szkolnego ponownie zbadałem na próbę Flack'a i Martinet'a wszystkich seminarzystów, których w tym roku było 156 (58 zupełnie nowych a 98 badanych już przezemnie w roku ubiegłym). Do omówienia wyników tych spostrzeżeń z kolei teraz przechodzę.

Ujmując w stosunki procentowe wyniki próby Flack'a, stwierdzić należy, że niema zmian zasadniczych jeżeli zestawimy tablicę tegoroczną (4) z zeszłoroczną (2): przebieg załamuje się tylko u uczniów kursu IV, których najwięcej jest w wieku 18, 19 i 20, gdzie również próba ta daje wyniki nieco gorsze. Z pośród 98 uczniów, których w ciągu dwóch lat miałem w obserwacji, próba Flack'a wykazała obecnie poprawę u 35, pozostała bez zmiany u 41 a pogorszyła się u 22, będąc jednak niedostateczną zaledwie u 14 (tab. 5).

Zupełnie inaczej przedstawiają się wyniki próby Martinet'a: obecny pierwszy kurs, składający się z uczniów nowoprzybyłych, jest wyjątkowo słaby i źle rozwinięty fizycznie, to też 79,6% uczniów z dobrą zdolnością serca do wysiłku jest cyfrą zupełnie przypadkową. Z pozostałych tylko II kurs (zeszłoroczny I) daje znaczne pogorszenie (tabl. 6), na wszystkich innych kursach poprawa nosi charakter zdecydowany, co można stwierdzić w stosunku do 98 uczniów, badanych powtórnie (tab. 7), gdzie poprawa nastąpiła u 38 uczniów a pozostała bez zmiany

u 37. Pogorszenie nastąpiło u 13, z których 4 pochodzi z miasta a 9 ze wsi. Otóż, ażeby stwierdzić w jakim stopniu warunki, w jakich się ta młodzież znajduje, mogły wpłynąć ujemnie na próbę Martinet'a, muszę tu dać parę słów wyjaśnienia. Podkreślić należy, że większość młodzieży Seminarjum tut. pochodzi z warstw niezamożnych, pracujących fizycznie: z miasta robotnicy fabryczni, ze wsi małorolni, wobec czego młodzież wiejska zamiast wypoczynku w czasie feryj letnich pomaga ojcu, pracując na roli nieraz bardzo intensywnie, co w pierwszym rzędzie odbija się zaraz na odżywieniu. Badając od szeregu lat metodą Pirquet'a stan odżywienia młodzieży na początku i w końcu roku szkolnego, stwierdziłem, że w końcu roku t. j. po całorocznej pracy wskaźnik odżywienia u ¾ młodzieży jest dobry, natomiast w dwa miesiące później, po przyjeździe ze wsi, zaledwie ⅓ młodzieży ma dobre odżywienie. Wobec tych konieczności życiowych nie pomogą tu ani pogadanki z młodzieżą i rodzicami, ani stopnie rozwojowe i zdrowotne, które wystawiam na kartach do opieki domowej, porozumiawszy się uprzednio z rodzicami co do ich znaczenia. Aczkolwiek więc wyczerpująca praca fizyczna w lecie niewątpliwie mogła ujemnie wpłynąć na serce i w ten sposób nieco osłabić ostateczne wyniki moich spostrzeżeń, to jednak zasługuje na podkreślenie fakt, że w przeciwieństwie do zeszłorocznych danych na tabl. 1, liczby na tablicy 6, przedstawiającej wyniki dodatnie Martinet'a wszystkich uczniów tak z wiekiem, jak i na poszczególnych kursach stale się podnoszą. Nie twierdzę z całą stanowczością, że nie odegrały tu pewnej roli jeszcze inne jakieś, nie dające się uchwycić czynniki; jednak powyższe zestawienia przemawiają za tem, że indywidualizacja ćwiczeń cielesnych w pierwszym rzędzie powinna polegać na konieczności liczenia się z możliwym wysiłkiem serca.

Jestem zupełnie świadom, że próby Martinet'a i Flack'a, które obecnie stosuję, są niewystarczające, że brak tu całego szeregu danych, dotyczących ciśnienia krwi, wymiarów serca, obrazu krwi, przemiany materji, wagi, temperatury, znużenia i t. d., które wymagają specjalnych urządzeń laboratoryjnych i dlatego mogę je wprowadzać stopniowo, niemniej przeto podaję powyższe próby ze względu na ich prostotę w wykonaniu,

zwłaszcza że dla celów praktycznych można je uważać za zupełnie wystarczające: usuwają one dowolność, dając natomiast możność lekarzowi i wychowawcy fizycznemu w ich wspólnej pracy oprzeć się na podstawach naukowych.

Wnioski jakie z tych spostrzeżeń można wyciągnąć, są następujące:

1. Tylko zmniejszenie programu szkolnego umożliwi poświęcić więcej czasu na wychowanie fizyczne.
2. Celem podtrzymania sprawności fizycznej trzeba dać możność (zwłaszcza młodzieży uboższej) spędzić lato w obozach.
3. Należyte wyniki w dziedzinie wych. fiz. jedynie można osiągnąć tam, gdzie istnieje jak najślislejsza współpraca lekarza szkolnego z wychowawcą fizycznym.
4. Tam, gdzie są dane po temu, należy gabinet lekarski wyposażyć chociażby narazie w te tylko przyrządy laboratoryjne, które są niezbędne dla oceny wpływu różnych form ćwiczeń cielesnych na organizm.

Z organizacji i metodyki wychowawczej.

Ppłk. Walerjan Sikorski, nacz. wizytator
wych. fiz., Ministerstwa W. R i O. P.

Obozy Przysposobienia Wojskowego w r. 1927.

Streszczenie sprawozdania powizytacyjnego, przedłożonego Ministerstwu.

I. Dotychczasowe doświadczenia z Obozów P. W.

Pierwowzorem dla polskich Obozów P. W. były Obozy wakacyjne dla instruktorów wych. fiz. i przysp. wojsk. oraz Harcerstwa, urządzane w Skolem przez Związek Sokolstwa Polskiego w latach 1910—1914. Pierwszy z tych kursów (1910) był trzytygodniowy i obejmował głównie gry i zabawy z domieszką gimnastyki, lekkiej atletyki, strzelania oraz pływania. Uczestnicy kursu mieszkali w mieście i wymaszerowywali codziennie z przyborami na polanę „Dąbrówkę". Ponieważ wymarsze zabierały zbyt wiele czasu, postarano się dla następnego obozu (1911) z magazynów armji austrjackiej o namioty, łóżka i koce, a czas kursu przedłużono do sześciu tygodni. Sprowadzono również na czas trwania kursu przyrządy gimnastyczne, przybory sportowe, szermiercze oraz przybory do szkoły strzelca. Po-

cząłkowo wszelkie roboty obozowe (z wyjątkiem gotowania) wykonywali uczestnicy kursu wspólnie z instruktorami. Wnet jednak przekonano się, że zajęcia te przeszkadzają w ciągłości pracy, wobec czego postarano się o siły robocze poza uczestnikami kursów. Równocześnie dążono do uproszczenia organizacji następnych kursów i postarano się o jeden budynek rozbierany oraz piwnicę. W budynku mieściła się kuchnia, magazyny oraz kancelarja gospodarcza kursu. Kierownicy kursu oraz instruktorzy mieszkali w namiotach. Były to namioty dla piekarń polowych. Mieszkało w nich najwyżej po szesnastu uczestników i spali na łóżkach.

Na kurs instruktorski przyjmowano w wieku 20—40 lat, do Obozu Harcerskiego w wieku 16—20 lat. W obozach tych obowiązywała abstynencja, koleżeństwo i wzorowa czystość. W ostatnich latach zaczęło się stwarzać coś w rodzaju komfortu obozowego, a zatem prócz telefonów wewnętrznych robiono sobie nocne stoliki, lampy osłonięte abażurami i t. p. Dyscyplina była wojskowa; kary wymierzały sądy obozowe złożone z kolegów. Prawomocność kary była uzależniona od zatwierdzenia ze strony kierownictwa obozu.

Ze względu na krótkość czasu, ogrom materjału i małą ilość instruktorów, szkolenie było masowe, a opierało się w wychowaniu fizycznem o system Linga, w wyszkoleniu wojskowem zaś o regulaminy austrjackie. Pobudka o godz. 6-tej rano. Zajęcia odbywały się od godz. 7—12 i od 16—19. Wieczorem gawęda przy ognisku. W soboty po południu i w niedzielę ogólne wycieczki. Odżywianie obfite (5 razy dziennie). Rezultat pracy był bardzo dobry, a ogół odnosił się do tych kursów z zainteresowaniem i ufnością.

W organizacji Obozów P. W. w r. 1922 zrobiono dwa zasadnicze błędy: a) urządzono Obozy P. W. bez poprzedzającego kursu dla tych, którzy obozy te mieli prowadzić; b) urządzono ich — jak na pierwszy rok — za dużo, gdyż aż 17, zamiast maksymalnie 10; c) przecenialiśmy rezultat, gdyż krytyczną ocenę pracy wychowawczej i metod szkolenia zasłaniały nam wyniki, które były raczej następstwem dobrych warunków higjenicznych.

To też już po pierwszym roku zgubiliśmy się w chaosie błędów, wobec czego okazała się konieczność urządzania w roku następnym, obok Obozów P. W., jednego Obozu Doświadczalnego w Chałupach na półwyspie Helu. W obozie tych zebrano bogaty materjał i przedłożono go wraz z wnioskami Min. S. Wojsk.: z doświadczeń jednak z obozu w Chałupach dotychczas nie skorzystaliśmy lub też skorzystaliśmy w małej mierze.

W latach następnych Obozy P. W. nietylko nie różniły się od obozów dwu lat poprzednich, lecz przeciwnie, w wielu wypadkach zaczęły podupadać.

Z jednej strony wysyłano do obozów młodzież gorszą t. j. taką, z którą rodzice nie mogli dać sobie rady podczas wakacyj, lub też młodzież wątłą, wymagającą odżywiania, z drugiej zaś strony przydzielano oficerów, którzy potrzebowali wypoczynku. Rozkazy organizacyjne wydawano za późno, przyczem zbyt mało zwracano uwagi na konieczność ciągłości pracy, wobec czego obozy lat następnych nie korzystały z doświadczeń lat poprzednich, ani też nie były tak organizowane i prowadzone, by mogły stanowić poparcie dla obozów lat następnych. To też zanim ukończono organizację obozu w szczegółach, upłynął sześciotygodniowy okres jego istnienia, a w roku następnym rozpoczynano pracę na nowo; rozpoczynali ją przytem częstokroć ludzie nowi, gdyż oficerów, zarówno dowódców jak instruktorów, zmieniano w wielu wypadkach co rok. Kursów informacyjnych dla oficerów tych nie urządzono.

W ostatnim roku niektóre D. O. K. (np. przemyskie i lwowskie) rozwinęły własną inicjatywę i rozpoczęły budowę baraków, względnie adaptację zniszczonych budynków, w których pomieszczono kuchnie, magazyny, sale wykładowe i izbę chorych.

Spostrzeżenia podczas wizytacyj Obozów P. W. w r. 1927.

W czasie od 19 lipca do 16 sierpnia zwiedziłem grupy obozów szkolnych: 1) D. O. K. Poznań w dniach 20—24 lipca w Błotach Karwińskich (stacja kolejowa Krokowo) i 30 lipca w Sierakowie; 2) D. O. K. Toruń 25—28 lipca w Hallerowie; 3) D. O. K. Grodno 2 sierpnia Obóz W. F. w Wilnie, w dniu 3 sierpnia żeński Obóz P. W. w Grzędzicy, dnia 4 sierpnia Obóz Harcerski młodzieży szkolnej w Trokach, w dniu 5 sierpnia Obóz P. W. w Jeziorach; 4) D. O. K. Brześć n. B., w dniu 8 sierpnia Obóz P. W. młodzieży szkolnej na południu od Brześcia; 5) D. O. K. Lwów, Warszawa, Przemyśl, w dniu 9 sierpnia zgłoszenie się u dowódców O. K. we Lwowie i Przemyślu; 6) W dniach 10 sierpnia w Obozie P. W. w Skolem, 11 sierpnia w Obozie P. W. w Tatarowie, 12 sierpnia w Obozie P. W. w Mikuliczynie, 13 sierpnia w Obozie P. W. w Pasiecznej, 14 i 15 sierpnia w Obozie w Skolem.

a) Warunki pracy. Warunki pracy zależnie są nietylko od okolicy, terenu i warunków zdrowotnych, lecz również od warunków atmosferycznych oraz od organizacji Obozów P. W. Te były w różnych obozach różne. Nasuwa się przedewszystkiem pytanie, w jakich okolicach należałoby organizować Obozy P. W. Higjenista dałby na to odpowiedź „w okolicach naj-

zdrowszych, a przedewszystkiem nad morzem i w górach". Wojskowy prawdopodobnie odpowie: „W takich okolicach, które będą terenem przyszłych operacyj wojennych, a zatem na zachodzie i wschodzie, nad morzem zaś przedewszystkiem dla tej młodzieży, która ma zamiar odbyć swą służbę wojskową w marynarce wojennej". Tymczasem wybrane tereny niezawsze odpowiadają swemu celowi, bo albo są za szczupłe ze względu na sam obóz, lub tereny do ćwiczeń (Hallerowo, Tatarów, Mikuliczyn), albo też brak im innych warunków, jak dobrej wody do picia (Krokowo) lub też wody, w której młodzież mogłaby się wyuczyć pływania i w niem się wydoskonalić (w większości obozów). Tymczasem nie brak terenów na wschodzie i zachodzie, które warunki te posiadają. Nad morzem skupiono aż pięć grup obozów (Hallerowo 4 grupy i Błota Kawińskie 1 grupa), bez widocznej korzyści dla młodzieży. Organizowanie tych obozów bowiem rozpoczęto zbyt późno, wobec czego nie zdołano ich zaopatrzyć w potrzebne środki, a zwłaszcza w przyrządy gimnastyczne i przybory sportowe. Młodzież żyła wprawdzie nad morzem, lecz znała tylko jego wybrzeże, gdyż obozy nie rozporządzały ani jachtami, ani szalupami, ani nawet łodziami, co ze względu na zapoznanie się z morzem i wyrobienie zamiłowania do morza i zawodu marynarskiego, jest rzeczą niezbędną; trudno bowiem polubić to, czego się w rzeczywistości nie zna.

Wyżywienie w obozach — pomimo równoważnika — było bardzo różne. Nad morzem przedstawiało się stosunkowo gorzej, w górach zaś na zachodzie i wschodzie znacznie lepiej. W Hallerowie np. wyżywienie było ledwie wystarczające i bez świeżej jarzyny, podczas, gdy w Pasiecznej młodzież dostawała codziennie na obiad 3 potrawy ze świeżą jarzyną t. j. zupę, pieczeń i leguminę, a oprócz tego po obiedzie herbatę. A wszak kwestja wyżywienia w obozach należy do najważniejszych.

Umundurowanie w obozach było różne. W Błotach Karwińskich np. młodzież otrzymała sukienne mundury i obuwie, w Skolem natomiast tylko obuwie i furażerki. Również różne były typy namiotów. Przeważały namioty francuskie (żółte) obok dwu polskich typów namiotów mniejszych.

Pod względem organizacji i porządku wyróżniały się następujące grupy obozów: Obóz W. F. w Wilnie, żeński Obóz w Grzędzicach (D. O. K. Grodno). Obóz męski młodzieży szkolnej na południe od Brześcia n. B., oraz Obóz młodzieży męskiej w Pasiecznej (D. O. K. Lwów). Dobrze były zorganizowane Obozy w D. O. K. Przemyśl (w Skolem i Zełemiance). Oceniając obozy, opieram się raczej o obserwację, a mniej o wyniki pomiarów i prób sprawności fizycznej. Wyniki te bowiem są we wielu wypadkach bardzo nieścisłe z powodu braku przyrządów i przyborów do pomiarów i próby sprawności fizycznej.

Tak np. spirometrów w obozach niema wcale lub są różnego, przeważnie starego systemu. Zamiast listwy do skoków używa się sznurka, zamiast granatu niekiedy kamienia, zamiast liny długości 5 m i średnicy 4 do 5-u cm, grubego sznura długości 3 m i t. p. Jest wobec tego rzeczą zrozumiałą, że pomiary i próby odbywane w tych warunkach muszą być nieścisłe.

b) Metody wychowania i wyszkolenia. Podkreślam z przyjemnością, że we wszystkich obozach spotkałem się nietylko z obowiązkowością ze strony komendantów grup i obozów, oraz instruktorów, lecz w licznych wypadkach z zapałem dla tej pracy. Istniejące zaś braki pod względem doboru środków wychowawczych oraz metod szkolenia, są raczej wynikiem nieznajomości tak pracy w obozach, jak młodzieży oraz jej sposobu reagowania, niż zaniedbania.

Poważnym czynnikiem w wychowaniu jest współzawodnictwo. Wymaga ono jednak specjalnych warunków, gdyż w przeciwnym wypadku może przerodzić się w drażliwość. Współzawodniczyć powinny ze sobą drużyny, a nigdy poszczególne jednostki. Do tego należy dostosować typ namiotu i typ obozu P. W. Namioty powinny mieścić w sobie nie więcej jak jedną drużynę, która, stanowiąc oddzielną jednostkę, łatwo się ze sobą zżyje. Również komendanci obozu oraz instruktorzy łatwiej zauważą braki i zalety u poszczególnych uczniów w mniejszych zespołach i łatwiej będą mogli wpływać na nich wychowawczo.

W ogólności w obozach P. W. zwraca się głównie uwagę na stronę fizyczną młodzieży i bardzo słusznie. W tym celu chodzi ona przez większą część dnia pół-nago, ma wiele ruchu i t. p. Nie powinna ona jednak niczego tracić pod względem kulturalnym. W miejsce trykotowych spodenek do pływania np. powinno się nosić białe spodenki sportowe płócienne i te powinny być stale czyste. Podczas występów publicznych zaś powinno się używać białych trykotowych koszulek.

Obiady powinno się spożywać przy wspólnym stole w towarzystwie oficerów. Do obiadu powinno się przychodzić w starannem ubraniu. Oddzielne jedzenie młodzieży po kątach i półnago zbliża ją nazbyt w nastrojach duchowych do człowieka pierwotnego. Takie wspólne obiady w towarzystwie kierowniczek i instruktorek obozu widziałem tylko w żeńskim obozie w Grzędzicach oraz męskim w Pasiecznej i Jeziorach.

W ogólności całą pracę w obozach należałoby oprzeć o wychowanie fizyczne, którego nieodzowną częścią składową powinno być pływanie oraz ratowanie tonących.

Na drugiem miejscu należałoby postawić szkołę strzelca, następnie terenoznawstwo, łączność, naukę o gazach i pionierkę, ćwiczenia zaś bojowe w zakresie drużyny przenieść do obozów

wędrownych (szczegóły we wnioskach). Ponieważ młodzież traci w obozach wiele czasu wskutek nieprzewidzianej niepogody, należałoby czas ten wyzyskać na sporządzenie modeli z zakresu pionjerki, będących w łączności z wykładami i t. p. W każdym razie program czynności na okres niepogody powinien być zgóry przygotowany a czas należycie wyzyskany; z tego też względu wszelkie posługi młodzieży, jak obieranie ziemniaków, przywożenie wody i t. p. powinny być w obozach P. W. młodzieży szkolnej niedopuszczalne. Są to bowiem czynności, które wykonywują w wielu obozach kobiety wiejskie (Pasieczna) wzamian za odpadki kuchenne.

c) Rozrywki młodzieży poza służbą. Zajęcia i rozrywki młodzieży poza służbą nie są dotychczas w obozach należycie zorganizowane. Istnieje wprawdzie obowiązek, aby wychowawcy wygłosili pewną ilość gawęd na tematy zgóry oznaczone, jednakże gawędy te budzą u młodzieży mało zainteresowania. Niekiedy młodzież sama — zwłaszcza zachęcona przez wychowawców — organizuje dla siebie rozrywki. Więc śpiewa przy ognisku, a nawet tworzy zespoły chórów i orkiestr, lub też urządza widowiska masowe. Najmniej stosunkowo korzystano z bibljotek, gdyż bibljoteki obozowe, organizowane dorywczo, przedstawiają się bardzo słabo. Na niedziele i święta organizowano po mszy świętej wycieczki w najbliższe okolice. O ile jednak wycieczki te były połączone z kosztami, brała w nich udział tylko mniejsza część młodzieży. Naogół odniosłem wrażenie, że współpraca wychowawców w zajęciach i rozrywkach młodzieży poza służbą była wydatniejsza, niż w latach poprzednich.

Wnioski.

1) Miejsca pod Obozy P. W. należałoby wybrać względnie skontrolować komisyjnie i zakupić je lub wynająć na przeciąg przynajmniej kilkunastu lat.

2) Na komendantów (tki), wychowawców (czynie) i instruktorów (ki) należałoby przeznaczać tylko takie osoby, o których D. O. K. i Kuratorja O. S. mają przeświadczenie, że do pracy w obozach zarówno pod względem wychowawczym, jak fachowym w zupełności się nadają. Zasada ta powinna dotyczyć w wyższym jeszcze stopniu obozów żeńskich.

3) W rzeczywistości powinno się zorganizować trzy typy obozów, a mianowicie:

a) Obóz przygotowawczy do P. W., prowadzony przez Ministerstwo W. R. i O. P. dla młodzieży szkolnej będącej w wieku przejściowym (14—16 lat);

b) Obóz P. W. dla tej młodzieży w wieku 17 lat, która przeszła już obóz przygotowawczy oraz wyćwiczenie w hufcach szkolnych;

c) Obóz wędrowny dla tej młodzieży, która przeszła przygotowanie wymienione pod a) i b).

Obozy te należałoby organizować sukcesywnie; n. p. w r. 1928 Obozy Przygotowawcze i Obozy P. W., od roku 1929 zaś obozy trzech wymienionych kategoryj.

Do wszystkich tych obozów należałoby przyjmować młodzież bez zarzutu pod względem zdrowia fizycznego i moralnego i tylko taką, która robi w nauce przynajmniej dostateczne postępy. Chodzi tu mianowicie o staranne przygotowanie korpusu oficerskiego.

Obozy wymienione pod a) mogłyby się mieścić w górach i nad morzem, wymienione pod b) na wschodzie, pod c) zaś miałyby na celu zapoznanie się z terenem i ćwiczeniami bojowemi w różnym terenie i zmiennych warunkach.

4) Badania lekarskie do wszystkich obozów powinni przeprowadzać lekarze wojskowi, przyczem powinniby brać pod uwagę wiek fizjologiczny.

5) Jako typ namiotu dla Obozów pod a) i b) należałoby przyjąć typ polski (wzór amerykański) z r. 1925, dla Obozów pod c) zaś typ namiotu harcerskiego dla 6 ludzi.

Z typem namiotów łączy się typ obozu. W jednym obozie nie powinno być więcej nad 6 drużyn rozmieszczonych w sześciu namiotach, namiot komendanta, namiot instruktora oraz jeden wielki namiot, który jest jadalnią, a zarazem salą wykładową. W nim mieszczą się stoły, ławki, tablice. Namioty powinny być ustawione w półkolu. W środku obozu powinien stać słup ze sztandarem. Sztandar wznosi się przy modlitwie porannej na znak rozpoczęcia czynności i opuszcza po modlitwie wieczornej. Powyższe rozmieszczenie namiotów jest uwarunkowane trzema względami: a) łatwością przeglądu podczas zbiórek drużyn przed namiotami na sygnał (te drużyny, które się rychlej zbiorą, otrzymują kreski i to jest wzgląd wychowawczy), b) gotowością bojową na wypadek zaskoczenia z tyłu, przodu lub z boków (wzgląd wojskowy), c) ułatwieniem w utrzymywaniu czystości w namiotach i ich przewietrzaniu (wzgląd higjeniczny).

7) Młodzież w Obozach P. W. powinna się zająć wyłącznie czynnościami, do których została powołana. Posługi obozowe zatem a nawet upiększenie obozu nakazem zgóry powinny być zaniechane.

Wszelki czas natomiast podczas pogody i niepogody powinien być planowo wykorzystany. W tym celu każdy obóz powinien być zaopatrzony w potrzebne przyrządy, przybory, modele i bibljotekę z zakresu służby wojskowej (prócz regulaminów).

8) Wyszkolenie wojskowe powinno się oprzeć o wychowanie fizyczne, a wiedza wojskowa jaką młodzież nabywa po-

winna się oprzeć o te wiadomości, które ona wyniosła ze szkoły (fizyka, chemja, geografja, historja).

9) Obozy P. W. powinny mieć własne kadry oficerów i podoficerów.

10) Każda grupa Obozów P. W. powinna mieć dla siebie nietylko gotowe budynki, w których mieściłyby się izby chorych, sale wykładowe, magazyny i kuchnie, lecz również własny inwentarz obozowy o zabezpieczonej konserwacji i stałym dozorze.

11) Obozom P. W. należałoby zapewnić wystarczające wyżywienie nietylko pod względem ilości lecz również jakości. W tym celu należy postarać się wcześnie o dowóz mleka, świeżych jarzyn oraz o cywilnego kucharza (kucharkę).

Na cele poprawy wiktu i wspólne wycieczki opłaca młodzież jednorazowo zgóry kwotę około 30 złotych. Otrzymuje natomiast buty i mundur. Zapewni to normalny przebieg życia obozowego, ułatwi prowadzenie ćwiczeń i utrzymanie dyscypliny.

12) Każdego roku po ukończeniu prac obozowych należałoby zebrać wszystkich komendantów grup i wychowawców w jednym z najlepszych obozów, celem omówienia zalet i braków w obozach i celem wysłuchania ich uwag na przyszłość. Również bezpośrednio przed rozpoczęciem obozów należałoby urządzić kilkudniowe zebranie komendantów grup, wychowawców oraz komendantów obozów w jednym z obozów, w którymby oni odnowili swe zeszłoroczne doświadczenia i wogóle przygotowali się do należytego wyzyskania czasu w najbliższej pracy.

Oceny książek.

Dr. Karol Stojanowski. **Rasowe podstawy eugeniki.** Poznań, 1927 r. Skład główny w Księgarni M. Arcta w Poznaniu. Str. 76. w 8-ce.

Dzisiejszego stanu eugeniki w Polsce za zadawalniający bezwarunkowo uważać nie można. Przedewszystkiem brak nam z jednej strony poważnych studjów naukowych z tego zakresu, z drugiej zaś brak zainteresowania tak ogółu społeczeństwa, jak i sfer rządowych dla jednego z najważniejszych zagadnień państwowych. Z tem większem uznaniem należy powitać studjum Dr. Stojanowskiego, który w sposób przystępny zaznajamia czytelnika przedewszystkiem ze zdobyczami antropologji polskiej, mającemi podstawowe znaczenie dla zagadnień eugenicznych. Autor omówiwszy we wstępnem rozdziale cele i zadania eugeniki, przechodzi następnie do scharakteryzowania struktury antropologicznej Polski, według ujęcia prof. Czekanowskiego i jego szkoły. Zawiłą strukturę rasową dzisiejszych społeczeństw tłumaczy autor, zgodnie z historycznym kierunkiem w naukach antropologicznych, ekspansjami i migracjami, uważając je za najistotniejsze zjawiska życia i rozwoju społeczeństw. Wreszcie na szeregu przykładów stwierdza autor, że typy antropologiczne posiadają różną wartość selek-

cyjną, gdyż dobory działające w społeczeństwach ludzkich, niszczą jedne elementy antropologiczne, dając możność rozwoju innym. Scharakteryzowawszy w ten sposób z jednej strony „tworzywo społeczne, które reprezentuje człowiek", z drugiej zaś dynamikę tak natury społecznej, jak i biologicznej, przechodzi autor w ostatnich rozdziałach do zagadnień praktycznych, zastanawiając się nad możliwościami ekspansji polskiej oraz aktualnemi zagadnieniami społeczno-politycznemi. Z ostatnich rozdziałów wieje rzetelna troska o byt narodu i słuszne żądanie, aby polityka ludnościowa oparta była na podstawach naukowego poznania. „Eugenika" — jak mówi autor — „jest nauką i ruchem, mającym na celu jedynie dobro narodu jako całości. Dążąc do uskutecznienia przez sumienne badanie wartości eugenicznych narodu, chce na tej podstawie dojść do możliwie jak najlepszego jego zorganizowania i skompletowania".

Niewątpliwie nad niektóremi wnioskami i wskazówkami autora możnaby dyskutować, ale rzeczowa dyskusja, poparta badaniami naukowemi, mogłaby przynieść nieocenione usługi dla rozwiązywania zagadnień pierwszorzędnego znaczenia państwowego. Oby książka dr. Stojanowskiego godna przestudjowania przez wszystkich, którym dobro i przyszłość narodu leży na sercu, — stała się bodźcem do pracy twórczej w tym kierunku. **Doc. dr. J. Mydlarski,** Warszawa.

Dr. Clotilde Mulon. **Manuel élémentaire de puériculture.** Paris (Masson) 1925, str. 234. Elementarny podręcznik o higjenie wieku niemowlęcego i opiece społecznej nad dzieckiem — jeden z wielu w piśmiennictwie francuskiem. Książeczki takie cieszą się dużem wzięciem we Francji, gdzie sprawa higjeny niemowląt i opieki nad niemi jest stale niezmiernie aktualna ze względu na niski odsetek urodzeń. To też podręcznik niniejszy, nie lepszy i nie gorszy od innych, zaopatrzony przedmową takiej powagi, jak Marfan, doczekał się już drugiego wydania. Autorka omawia najważniejsze zagadnienia z zakresu higjeny niemowląt, w sposób jasny i dość wyczerpujący. W dwóch ostatnich rozdziałach znajdujemy wykaz pomocy, jakiej udziela matkom rząd, samorząd i społeczeństwo. Zestawienie to jest o tyle ciekawe, że poucza nas o tem, ile mamy jeszcze do zrobienia w tej ważnej dziedzinie.

Książeczka ta posiada naturalnie również i pewne usterki. A więc rozdział o fizjologji trawienia nikogo niczego nie nauczy i mógłby z pożytkiem być usunięty, tak jak i rysunki przewodu pokarmowego. W rozdziale o patologji wieku niemowlęcego autorka wylicza poszczególne choroby bezładnie, a gruźlica jest omówiona zbyt pobieżnie.

Opisywany i zachwalany przez autorkę na str. 180 bardzo skomplikowany system wentylacji pomieszczeń daje na pewno w praktycznem zastosowaniu daleko mniej powodów do zachwytu, tem bardziej że jest bardzo kosztowny. Kategorycznie trzeba się jednak zastrzec przeciwko zalecaniom dwóch zabiegów, podawanych przez autorkę: na str. 159 poleca ona usuwanie mechaniczne pleśniawek, chociaż wiemy, że kwas borny, stosowany miejscowo i dążenia do poprawy stanu ogólnego szybko usuwają tę grzybicę. Wszelkie zabiegi mechaniczne mogą tylko pogorszyć stan jamy ustnej. Błędnem byłoby też, jak zaleca autorka, czyszczenie zębów niemowlęcia z chwilą ukazania się pierwszego ząbka — nie mogę zupełnie zrozumieć celowości tego zabiegu w tak wczesnym okresie życia.

Prof. Uniw K. Jonscher.

Walerian Sikorski. **Gimnastyka,** Część I, Lwów (Ossolineum) 1927, str. X i 215.

Współczesne wychowanie fizyczne uwzględnia w znacznej mierze czynniki psychiczne i stara się o nawiązanie kontaktu z psychologją. Jeżeli wogóle w krótkiej notatce zabieram głos w sprawie „Gimnastyki" Sikorskiego, to jedynie z tego względu, że w niej przebijają się również ten-

dencje do uwzględnienia wyników naukowej psychologji eksperymentalnej i pedagogicznej. Autor zrozumiał trafnie, że ćwiczenia fizyczne winny być ściśle dostosowane do rozwoju wzrastającego człowieka i że dobór ćwiczeń musi być przemyślany ze stanowiska harmonijnego rozwoju fizycznego i duchowego.

Jako przewodników w dziedzinie psychologji i pedagogiki eksperymentalnej obrał sobie Sikorski Edwarda Claparéde'a i Roberta Ruska, i trzeba przyznać, że wybór ten był słuszny. Psychologja bowiem obu tych autorów stara się o utrzymanie ścisłego związku z życiem, rezygnuje ze spekulacji na korzyść doświadczenia i dlatego też dostarcza licznych sugestyj wychowawcy fizycznemu. Korzystając umiejętnie z zasobów współczesnej psychologji, przejmując z niej rzeczy ważne a odrzucając wszelki niepotrzebny balast, uzasadnia autor dobór zaleconych ćwiczeń nietylko z punktu widzenia potrzeb organizmu fizycznego, lecz ze względu na całą psychofizyczną strukturę człowieka. Stosunek autora do psychologji nie jest jednak bynajmniej wyłącznie receptywny, jak wynika z oryginalnej próby wprowadzenia ćwiczeń w reagowaniu ruchem celowym na bodziec wzrokowy (str. 71) i z usiłowań nadania lekcjom gimnastyki takiego toku, któryby zarówno ze względów pedagogicznych jak i higjenicznych był wskazany, t. zn. wpływał wychowawczo na rozwój uwagi, szybkości ruchu, odwagi i woli i służył dla higjenicznych celów rozprostowania i odpoczynku ciała, dla ożywienia obiegu krwi i odświeżenia umysłu (str. 104). Podkreślić wreszcie wypada, że przy układaniu osnów lekcyj autor nie pominął wyników rozrastającej się dzisiaj silnie psychologji zabawy i zainteresowań. **Prof. Uniw. St. Błachowski.**

Dr Fr. Smotlacha. **Kniha o tělesné výchově na** Vysokich Školách Č. S. R. Praha 1925, str. 217.

Książka ta ukazała się w r. 1925, w 15-stą rocznicę wprowadzenia wychowania fizycznego na wyższe uczelnie w Pradze. Obszerne dzieło daje dokładny obraz rozwoju wychowania fizycznego w wyższem szkolnictwie czechosłowackiem. Imponująco przedstawiają się zwłaszcza statystyki z poszczególnych działów sportu, które świadczą, jak bardzo wzrosły w ciągu piętnastu lat cyfry ćwiczących.

Niesposób byłby przytoczyć tu choćby część tych statystyk. Skauting, bardzo popularny w Czechosłowacji, liczył wśród uczniów wyższych szkół w r. 1910 uczestników 80, zaś w r. 1925 cyfra ta wzrosła do 7.000.

W r. 1918-19 ćwiczyło ogółem kobiet i mężczyzn 907, zaś w r. 1924 17.105! Postęp doprawdy imponujący. Ogólnie zaś oddaje się ćwiczeniom cielesnym 70% uczniów szkół wyższych. Porównanie więc z naszemi uczelniami wypadłoby dla nas smutno.

Po przedstawieniu celu wychowania fizycznego na wyższych uczelniach, wykazuje dalej autor, że sporty starano się uprawiać jak najliczniej, a więc obok popularnej w Czechosłowacji piłki nożnej, lekką atletykę, szermierkę, sporty wodne, sporty zimowe i drobne gry sportowe, wśród których największą popularnością cieszy się hazena, dalej cyklistyka, turystyka, strzelanie i t. p. — Obszernie autor omawia wyniki zawodów w poszczególnych działach sportu od roku 1920 począwszy.

Z dalszego rozdziału wynika, że uczniowie grupowali się dla ćwiczeń w poszczególnych sekcjach, które były podstawą organizacji. Poszczególne narody miały swe własne sekcje, a więc oddzielnie Rusini, Rosjanie, Bułgarzy, Łotysze, a nawet Żydzi.

Wkońcu znajdujemy wyliczenie wszystkich wyższych uczelni w Czechosłowacji z podaniem ich sukcesów sportowych, oraz najlepszych zawodników w poszczególnych, uprawianych specjalnie u nich sportach. Nie znajdujemy tylko nigdzie wzmianki, czy gimnastyka należała do programu ćwi-

czeń. Dziełko bogato ilustrowane. Dla badacza przedstawia ono dużą wartość, dając dokładny (czasami może przeładowany drobnemi szczegółami) obraz wychowania fizycznego w wyższych szkołach czeskich.

Kpt. J. Baran.

Streszczenia.

W a n d a D z i e r z b i c k a. **O uzdolnieniach zawodowych nauczyciela-wychowawcy.** Na podstawie ankiety. Prace psychologiczne pod red. prof. dr. J. Joteyko. No. 5. Lwów-Warszawa (Książnica Atlas) 1926. str. 76.

Wśród niewielu eksperymentalnych prac nad zagadnieniem struktury psychicznej dobrego nauczyciela-wychowawcy, praca p. D z i e r z b i c k i e j zasługuje na szczególniejszą uwagę, jako pierwsza polska praca w tej dziedzinie. Autorka pragnęła, na podstawie ankiety obejmującej 20 pytań, zbadać jakie poglądy na celowość wychowania ma dobry nauczyciel, jakie poglądy na życie i jak one wpływają na jego pracę zawodową, do jakiego typu woli, uczuć i intelektu należy, jak się przedstawia jego stosunek uczuciowy do dzieci, jakiemi cechami odznacza się jego uwaga, pamięć i wyobraźnia, jakiemi motywami kierował się w wyborze zawodu i jakie wreszcie cechy uważa za konieczne, a jakie za pożądane dla nauczyciela.

Na podstawie odpowiedzi 35 osób (w tem 8 mężczyzn) stwierdza autorka, że wszyscy prawie są optymistami, wierząc, że przez wychowanie wiele można osięgnąć, że większość z nich to idealiści, którzy dla motywów idealistycznych wybrali zawód, że zresztą wszyscy czują się doskonale w zawodzie, że wśród nich jest kilkanaście procent takich, którzy nie odczuwają sentymentu do dzieci, że żaden z nich nie należy do typu władczego, że większość to typ erotyczny, zbliżony do macierzyńskiego.

Wymieniłem ogólnie najważniejsze rezultaty. Wśród innych szczegółowych rozważań i rezultatów na uwagę zasługuje próba autorki rozwiązania zagadnienia, jakie czynniki psychiczne składają się na t. zw. intuicję. Autorka, jakkolwiek bliska była rozwiązania, pozostawiła je jednak otwartem.

Naogół podnieść trzeba, że omawiana praca rzuca wiele innych i interesujących promieni na niejasne dotychczas zagadnienie, jakim jest w rzeczywistości dobry nauczyciel. Żałować tylko należy, że niejednoznacznie i nieściśle sformułowane pytania ankiety nie pozwoliły na jednoznaczną odpowiedź i że niektóre rezultaty badań przytacza autorka bez bliższych wyjaśnień.

Podnieść zaś należy wyraźnie się przebijający w pracy entuzjazm autorki dla zagadnień wychowawczych, co pracę tę i bez tego wartościową i interesującą, czyni specjalnie pociągającą. Wstęp historyczny w opracowaaiach tego zagadnienia, tabelka psychologiczna cech nauczyciela-wychowawcy i dodatek, zawierający dotychczas ogłoszone ankiety na ten sam temat, uzupełniają całość.

Prof. P. Z. Dąbrowski, Lwów.

G e o r g K e r s c h e n s t e i n e r. **Pojęcie szkoły pracy.** Przekład A. K i e r s k i e j, pod red. dr. F. K i e r s k i e g o. Bibljoteka przekładów dzieł pedagogicznych, T. 4. Lwów-Warszawa, (Książnica Atlas), 1926, str. XI i 124.

W okresie poszukiwań metod nauczania, gwarantujących najlepszy rozwój młodzieży, przekład wymienionej w tytule książki K e r s c h e n s t e i n e r a odda niewątpliwie pewne usługi naszemu gronu nauczycieli, którzy z różnych powodów z niemieckiego oryginału korzystać nie mogą. Wyjaśni im niewątpliwie, że błędny jest pogląd, jakoby tylko szkoła oparta

na pracy ręcznej i wystarczająca do zawodu zasługiwała na miano szkoły pracy. Zwróci uwagę na przesłanki społeczne i państwowe, jakie, według Kerschensteinera, powinny być podstawą organizacji szkolnictwa. Pozwoli porównać system Dewey'owski z systemem kerschensteinerowskim, bo są to jednak systemy ideowo przeciwne, i ocenić, który z nich bardziej psychice i polskiemu poglądowi na świat odpowiada. Da wreszcie podstawy do oceny różnych naszych reformatorskich poczynań w szkolnictwie. Oprócz części teoretycznej, wyjaśniającej pojęcie szkoły pracy, daje Kerschensteiner w „Dodatku" przykład organizacji miejskiej szkoły powszechnej w duchu pojętej przez siebie szkoły pracy.

Stanowisko Kerschensteinera było i jest przedmiotem dyskusyj pedagogicznych. Jakkolwiek nie może być ono dla nas wzorem do naśladowania bez zastrzeżeń, to jednak pobudzić może do żywszej inicjatywy w kierunku ulepszania metod pracy. Z tego powodu książka ta może się stać bardzo cenną.

Prof. P. Z. Dąbrowski, Lwów.

Dr. M. Streicher. **O charakterze gimnastyki dziewcząt i kobiet.** (Referat na Sekcji W. F. przy T. N. S. W. w Krakowie według broszury „Zur Gestaltung des Mädchen- u. Frauenturnens", Wiedeń, 1925.)

Rozdział I broszurki poświęca autorka ogólnie omówieniu kwestji, jakim winien być charakter wychowania fiz. kobiety. Nie uznaje ona, by kobieta była słabszą od mężczyzny, określa siły kobiety jako odpowiednie do jej zadań życiowych, żądając dla niej pełni ćwiczeń cielesnych, dostosowanych do indywidualnych sił jednostki. Gimnastykę w sali uważa za pewną cząstkę — a jako warunku należytego rozwoju dziewczyny żąda dla niej: biegów, skoków —gier, ćwiczenia w noszeniu i podnoszeniu, rzutów, wycieczek, pływania, narciarstwa, łyżwiarstwa itd. Jest zdecydowaną przeciwniczką ćwiczeń, których jedynym celem jest piękno i wdzięk — a więc przedewszystkiem tańców rytmicznych i pląsów.

Ze względu na indywidualną potrzebę organizmu dzieli materjał ćwiczący na trzy grupy: dzieci od lat 6—12, dziewczęta od lat 12—18, kobiety dorosłe powyżej lat 18. W okresie dziecięcym wysuwa na plan pierwszy ćwiczenia pobudzające intensywnie przemianę materji, opierając się na fizjologicznej potrzebie organizmu w okresie wzrostu. Uwzględniając potrzebę walki z błędami postawy, wprowadza już na tym stopniu ćwiczenia tułowia. Domaga się jednak formy naturalnej, odpowiadającej naturze dziecka, formy zabawowej.

Bardzo szczegółowo omawia stan fizjologiczny dziewczyny w okresie rozwoju, opierając dobór ćwiczeń na tych warunkach. — Uwzględniając silny proces rośnięcia, specjalne warunki krążenia krwi, oraz warunki systemu nerwowego, zaleca ćwiczenia łatwe, nie wymagające wielkiego wysiłku. Zarówno w ćwiczeniach siły, jak i zręczności i wytrzymałości każe unikać dążenia do osiągnięcia *maximum*, wskazując raczej zabawowy sposób traktowania ćwiczenia. Za bardzo ważne w tym okresie uważa ćwiczenia zręczności. Właściwości psychiczne tego okresu winny normować formę ćwiczeń dziewcząt, bez przesadnego jednak podkreślania wdzięku i piękna. Warunki życia, środowisko dziewcząt stanowią podłoże do odpowiedniego układania ćwiczeń, z uwzględnieniem doboru pewnych grup.

Bardzo wyczerpująco omawia autorka okres dojrzałości. Organizm rozwinięty zdolnym jest do pracy wszechstronnej — a nawet praca ta jest konieczną do utrzymania wszystkich funkcyj życiowych. Potrzeba mu zarówno ćwiczeń siły, jak i zręczności, wytrzymałości — intensywnych ćwiczeń tułowia. Praca zawodowa musi być normą, według której kierowniczka układa ćwiczenia, bacząc na konieczność wyrównywania szkód, jakie przynosi organizmowi jednostronny rozwój.

Bardzo ciekawie ujmuje dr. Streicher dotychczasowe ideały ćwiczeń kobiet, gdzie dążeniem było dorównać mężczyźnie. Przeciwstawia temu normę indywidualnej sprawności kobiecej — opartej na odrębnościach fizjologicznych, jak: stosunek ciężaru górnej połowy ciała do dolnej, stosunek długości tułowia, a długości nóg. Stąd niektóre ćwiczenia, zwłaszcza silniejsze skoki, uważa za zupełnie nieodpowiednie nawet dla dorosłych kobiet.

W rozdziale następnym ujmuje autorka szczegółowo zagadnienie budowy lekcji. Opierając się na znanym postulacie wszechstronności, najdokładniej pojętej, z uwzględnieniem pobudzenia wszystkich organów — układa lekcję w następujący sposób: A. część wstępna — ćw. ożywiające, pobudzające obieg krwi. — B. 1) ćw. tułowia, 2) ćw. równowagi, 3) zwisy, 4) ćw. siły i zręczności, 5) bieg-marsz, 6) skok. — C. ćw. końcowe.

Ćwiczenia wstępne mają u Streicher bardzo żywy charakter: zadaniem ich jest zaspokojenie pierwszego pragnienia ruchu — pobudzenie obiegu krwi. Wprowadza tu żywe marsze, biegi, zabawy i żywe wszechstronne ruchy.

Część właściwą lekcji rozpoczyna Streicher ćwiczeniami tułowia. Ćwiczeniom tym przypisuje dominującą rolę w poprawianiu błędów postawy. Zagadnienie dobrej postawy omawia bardzo szczegółowo, uważając, że zależy ona od równomiernego wyrobienia mięśni i odpowiedniego podziału sił w całym organizmie. Stąd stosuje trojakie ćwiczenia tułowia: 1) ćw. giętkości, które przyczyniają się do osiągnięcia pewnej ruchliwości stawów i wydłużają zbyt krótkie mięśnie; 2) ćw. układające dla obudzenia i wzmocnienia poczucia postawy; 3) ćw. siły — wzmacniające. Autorka zastanawia się bardzo poważnie nad zagadnieniem, jaki dobór ćwiczeń tułowia w lekcji może zapewnić pełne wyrobienie. Za niezbędne w każdej lekcji uważa: 1) ćw. stawu biodrowego i jego mięśni, np. dotykanie czoła kolanem ugiętej nogi, marsz dużemi krokami, skłony w dół z dotykaniem stóp itp.; 2) ćw. kręgosłupa i jego mięśni, np. skłony w przód i w dół — uważając skłony w dół za odpowiedniejsze, skłony boczne, skręty; 3) ćw. mięśni miednicy i klatki piersiowej: podnoszenie nóg w leżeniu, przeciąganie; 4) ćw. pasa barkowego — dla wydłużenia zbyt krótkich mięśni piersiowych. Wszystkie 4 grupy z uwzględnieniem zagadnienia giętkości, ustalania postawy i wyrabiania siły danych mięśni. Ćwiczenia tułowia radzi wykonywać raczej w siadzie, klęku i leżeniu, niż w staniu, by uniknąć błędów postawy.

Mniej dokładnie omawia ćwiczenia równowagi, kładąc nacisk jedynie na ich życiowe zastosowanie i naturalne formy. Tę samą zasadę stosuje do ćwiczeń w zwisie, stawiając pytanie, gdzie w życiu spotykamy zwisy? Na tej naturalnej formie ruchu wykonywanego, gdy człowiek, wspierając się, wyciąga się na rękach, aby wydostać się na górę, opiera także ćwiczebne formy zwisów.

Osobną grupę obejmują ćwiczenia, które mają wyrabiać siłę i zręczność, dając dziewczynie poczucie własnej mocy. I tu podkreśla Streicher dużą wartość ćwiczeń w naturalnem pokonywaniu przeszkód: wstępowanie, wspinanie, skok, mocowanie się, przeciąganie. Ze względu na układ lekcji zaznacza, że ćwiczenia w zwisie, ew. siły, zręczności i skoki należy odpowiednio łączyć, dla uniknięcia przeładowania.

Omawiając marsze i biegi, wymaga poprawnej formy, przypisując wartość jedynie swobodnemu i naturalnemu marszowi. U dzieci poleca, zamiast liczenia taktu, śpiew jako najlepszy sposób wyuczenia rytmu. Formy ćwiczebne marszu stosuje dopiero na wyższym stopniu. Ciekawą jest uwaga, że stopy należy stawiać i w marszu i w staniu prosto (a nie, jak Törngren wymagał, pod kątem 45°).

Przy skokach każe uważać na poprawny doskok, uważając dobre jego wykonanie za dowód opanowania skoku. Oprócz znanych form skoku wpro-

wadza Streicher dużo skoków z pomocą współćwiczącej, np. skok przez nogi koleżanki — przez ręce z koleżanką itp.

W ćwiczeniach końcowych pozostawia bardzo dużo swobody, stawiając tylko jeden warunek, by natężenie wysiłku było małe. Stosuje tu lekkie ćwiczenia tułowia, marsze lub spokojne zabawy. Streicher domaga się, by dziewczęta wyczuwały w lekcji nietylko troskę o ich zdrowie, lecz także pewien kontakt duchowy — w tym celu poleca na końcu lekcji krótkie pouczenia, omówienia niektórych ćwiczeń, wskazówki higjeniczne itp.

Zastanawiając się nad wartością kultury fizycznej w indywidualnym wysiłku twórczym kobiety, omawia autorka warunki, w jakich żyje i pracuje dzisiejsza kobieta, oraz przemianę, jaka się dokonała w jej poglądach na cele i zadania życia. W kształtowaniu się charakteru kobiety przypisuje p. Streicher wielką rolę wychowaniu fizycznemu. Uważa, że jedną z ważnych przyczyn chaosu, jaki dziś panuje w poglądach na zadania kobiety — jest zupełne odbiegnięcie od zrozumienia i odczucia przyczyn biologicznych — chce więc przez dobre, naturalne wychowanie fizyczne kształtować życie kobiety. System, który mógłby stworzyć lepsze warunki życia kobiety, musi odpowiadać trzem zadaniom: być naturalnym, opartym na rzeczywistości i społecznym. Ów społeczny postulat stanowi jedno z najważniejszych zagadnień, poruszonych przez p. Streicher: system wychowania fizycznego musi być odpowiednim dla wszystkich warstw społecznych — musi dawać szerokim rzeszom kobiet wszystkich stanów korzyści.

Ostatni rozdział swej pracy poświęca autorka omówieniu wartości wychowania fizycznego kobiety. Podkreśla znaczenie poczucia własnej mocy i siły, jaką daje ćwiczenie cielesne dla należytego spełniania obowiązków społecznych, znaczenie społeczne wzmocnienia sił fizycznych jednostek, a dalej wpływ zdrowej i silnej kobiety na kształtowanie życia zarówno w najciaśniejszym, jak i najszerszym zakresie.

Broszurka p. Streicher napisana jest ciekawie: autorka bardzo głęboko ujmuje zagadnienia życia kobiety i na tej podstawie omawia kwestję ćwiczeń cielesnych. Cały szereg twierdzeń z dziedziny układu i budowy lekcji, dobór ćwiczeń możemy krytykować, gdyż dla nas, idących śladami wzorów skandynawskich, suche i sztywne lekcje dr. Streicher nie dają nic nowego i nic ciekawego. Nie można także bezkrytycznie przyjąć surowej i twardej zasady oparcia ćwiczeń li tylko na trudnościach życia — usuwając zupełnie z ćwiczeń kobiet pierwiastek muzyczny, pląsy i ćwiczenia rozbudzające poczucie estetyczne, trzeba jednak uznać głęboką słuszność wielu podstawowych myśli tej pracy. Należy ocenić szerokie ujęcie wartości wychowawczej ćwiczeń cielesnych i indywidualny wysiłek w poszukiwaniu metody, opartej o poznanie warunków społecznych i psychiki kobiety z uwzględnieniem potrzeb narodowych.

Alina Hubaczkówna.

Z towarzystw, instytucyj i zjazdów.

Pierwszy Zjazd Delegatów Kół Krajoznawczych Młodzieży.

Pierwszy Zjazd Delegatów Kół Krajoznawczych Młodzieży, który odbył się w Krakowie podczas Zielonych Świąt, dowiódł, że po długiej martwocie powojennej, wzmaga się na nowo w Polsce ruch krajoznawczy w szeregach młodzieży szkolnej. Zjazd krakowski liczył 200 delegatów, reprezentujących aż 34 Koła, rozsiane od Dzisny i Wilna po Cieszyn, Krzemieniec i Grudziądz. Równocześnie ze Zjazdem otwarto wystawę krajoznawczą, na którą złożyły się mapy, wykresy, skamieliny, fotografje, rysunki, zdobnictwo, modele oraz oryginały etnograficzne, zebrane przez

Koła młodzieży w Białej, Bochni, Brzozowie, Cieszynie, Krakowie, Krzemieńcu, Piaskach Luterskich (szkoła powsz.), Tomaszowie Maz., Warszawie i Wilnie. Urządzenie wystawy było bez zarzutu, a wartość eksponatów stała na bardzo wysokim poziomie, czego dowodem jest fakt, że jeden wystawiony zbiór rysunków zamków drewnianych przy drzwiach, wraz z opisem, drukowany będzie w wydawnictwach Polskiej Akademji Umiejętności. Obrady zagaił prof. L. Węgrzynowicz, twórca i niestrudzony organizator Kół K. M. Na honorowego przewodniczącego Zjazdu powołał p. Seweryna Udzielę, dyrektora Muzeum Etnograficznego na Wawelu, a na przewodn. obrad dyr. Dybczyńskiego. Po sprawozdaniu z działalności Kół K. M., wybrano komisję K. K. M. z prof. Węgrzynowiczem na czele i omówiono w żywej dyskusji wiele spraw organizacyjnych. Wielkie zainteresowanie wzbudził referat prof. Un. Warsz. Włodz. Antoniewicza o zbiorach Kół K. M., w którym prelegent wypowiedział się za współpracą młodzieży ze stołecznemi lub wojewódzkiemi muzeami, a natomiast przeciw rozproszkowaniu okazów kultury po szkolnych muzeach zazwyczaj prymitywnie urządzonych.

Po południu zwiedzali delegaci Muzeum Etnograficzne, oprowadzani przez p. S. Udzielę, oraz Zamek i wystawę arrasów, przyczem cennemi objaśnieniami służył młodym krajoznawcom dr. Morelowski. Miły i serdeczny nastrój zapanował wieczorem na wspólnej kolacji, podczas której przygrywała gościom orkiestra uczniów Państw. Seminarjum Naucz. w Krakowie. Wieczór okrasiły produkcje uczenic Gimn. rządowego w Krakowie, które odegrały krakowskie wesele w strojach ludowych oraz młodzieży gimnazjum im. A. Mickiewicza w Wilnie, które odśpiewały kilka inscenizowanych pieśni białoruskich. Nie brakło nawet wesołego żywego dziennika, który ad hoc spreparowała dowcipna jedna z krakowianek. W drugim dniu Zjazdu prof. Dr. J. Zaćwilichowski wygłosił referat o organizacji rów biologicznych, który zapalił młodych krajoznawców do tej pracy, tak mało dotychczas uwzględnianej w działalności Kół Krajozn. Po zwiedzeniu Zakładu Zoolog. Uniw. Jag. i zbiorów Muzeum Fizjograficznego Akad. Um., przyczem objaśnień udzielał znany entomolog pułk. Niesiołowski, wygłosił prof. Dr. Kaz. Nitsch dłuższy referat o zbieraniu słownictwa ludowego. Trzeciego dnia odbyła się wycieczka do Wieliczki. Niektóre Koła Krajozn. jak np. krzemienieckie, bocheńskie i tomaszowskie, chcąc pozostawić po sobie pamiątkę w Krakowie, ofiarowały część swych eksponatów do Muzeum Etnogr. na Wawelu.

Liga Szkolna Przeciwgruźlicza.

Jedną z najbardziej użytecznych instytucyj jest niewątpliwie Liga Szkolna Przeciwgruźlicza. Działalność jej w walce z gruźlicą wśród dzieci najszerszych warstw ludności jest imponująca: prowadzi ona nietylko walkę z gruźlicą tam, gdzie ona jest, ale i akcję zapobiegawczą. Przedewszystkiem Liga S. P. posiada swoją własną przychodnię przeciwgruźliczą, dokąd skierowywane są dzieci przez lekarzy szkolnych, poza tem ma ona 5 stacyj w różnych punktach miasta dla naświetlania lampą kwarcową za opłatą od 20 do 30 groszy za naświetlanie. Jednakże dzieci rodziców niezamożnych otrzymują naświetlanie bezpłatne. W ciągu roku szkolnego Liga prowadzi 2 sanatorja-szkoły w lesie: jedno dla dziewczynek w Skolimowie, drugie dla chłopców w Miłośnie. W ostatnim roku szkolnym przebywało w Skolimowie 400 dzieci, a od 1 lutego do 28 czerwca b. r. 200 chłopców w Miłośnie. Lekcje w tych szkołach odbywają się pod kierunkiem wykwalifikowanych nauczycieli, wyznaczonych i kontrolowanych przez p. inspektora szkolnego.

Poza tem w zakres działalności Ligi wchodzą prowadzenie półkolonij leczniczych, gdzie w roku bieżącym w ciągu 6-ciu tygodni 1500 dzieci odby-

wało kurację solankową i otrzymywało posiłek dwa razy dziennie, prowadzenie półkolonji zdrowotno-rozrywkowych z dożywianiem, gdzie 20.000 dzieci, pod kierunkiem wyszkolonego personelu w różnych punktach Warszawy, przebywało i bawiło się na świeżem powietrzu oraz robiło wycieczki zamiejskie; kierownikiem pedagogicznym półkolonij zdrowotnych był p. Wójcik. Specjalista lekarz, p. dr. Majkowski, czuwał nad wychowaniem fizycznem. Starsze dzieci uczęszczały również pod nadzorem wychowawców na plażę miejską, do specjalnie przez sekcję Higjeny Szkolnej prowadzonej szkoły pływania i wiosłowania.

Dla dzieci słabowitych i zakwalifikowanych przez lekarzy szkolnych Liga prowadzi kolonje lecznicze pod ogólnym kierunkiem wychowawczym i nadzorem p. Piątkowskiego, kierownika szkoły: w Skolimowie i Starej Miłośnie dla dziewczynek, w Urlach — dla chłopców i Otwocku dzięki uprzejmości zarządu P. A. K. P. D. Liga otrzymała budynek do swojej dyspozycji na miesiąc sierpień. Liga prowadziła w powyższych miejscowościach kolonje przez 2 sezony: od 1 do 31 lipca i od 1 do 31 sierpnia. W Skolimowie Liga umieściła 300, w Miłośnie — 300, w Urlach — 260 i w Otwocku 40 dzieci. Kilkanaście dzieci zostało wysłane na leczenie do Buska. Ogółem Liga miała pod swoją opieką w roku szkolnym 1926-27 w swych sanatorjach na półkolonjach, kolonjach i zdrojowiskach 23.500 dzieci. Należy dodać, że wszystkie dzieci zostają pod obserwacją lekarską. Poza tem Liga prowadziła i prowadzi nadal bardzo usilną propagandę przeciwgruźliczą. Dotychczas Liga wydała własnym nakładem 2 broszurki o walce z gruźlicą.

Obecnie prezydjum Ligi, w skład którego wchodzą p. dr. Roszkowski — prezes, p. dr. Magnuszewska — sekretarz, p. dr. Federman — zastępca sekretarza i p. dr. Skarzyński — skarbnik, dzięki uprzejmości p. inż. Turowicza, naczelnika wydziału kultury i oświaty magistratu m. st. Warszawy i p. Stokowskiego, dyrektora kinematografu miejskiego, przystąpiło do przygotowania filmu, któryby przedstawił w garwnych obrazach działalność Ligi i życie dzieci w sanatorjach i w zdrojowiskach. Wykonania filmu podjęła się pracownia filmowa „Kaden-Studio" pod osobistym kierunkiem pp. dyrektorów Kadena i Stokowskiego. **(Gaz. Warsz. Por.)**

Z polskich uczelni wychowania fizycznego.

Studjum wychowania fizycznego w Uniw. Poznańskim.

W trymestrze letnim r. ak. 1926/27, obok normalnego toku właściwej pracy uniwersyteckiej, dobiegł do końca jedyny kurs dwuletni, oparty na rozporządzeniu Ministerstwa, ustanawiającem Państwowe Instytuty W. F. Egzamin końcowy zdało pomyślnie 10 kandydatów i 5 kandydatek, a mianowicie pp.: Baczyński Eugenjusz, Bieroński Tadeusz, Bujak Rudolf, Dorywalski Mieczysław, Flisak Józef, Jaroszewski Wiesław, Lenard Janusz, Mrózek Karol, Obracaj Henryk, Wachowicz Czesław, Lanżanka Marja, Michalikówna Janina, Mrazkówna Szczęsna, Pasławska Marja, Szerwentkówna Stefanja. Nadto reprobowano 2 panów i 3 panie (na pół do 1 roku). W toku jest wydanie przez Ministerstwo rozporządzenia, na mocy którego absolwenci tego kursu uzyskają te same uprawnienia, jakie przysługują absolwentom warszawskiego Państw. Instytutu W. F. Kurs ten nazwaliśmy jedynym, gdyż, z uwagi na znaczny wzrost frekwencji studentów na właściwych kursach uniwersyteckich (3-letnich), Studjum postanowiło zlikwidować ten dział pracy.

W dniach 2. VII. — 5. VIII. odbył się, po raz trzeci, 5-tygodniowy kurs wakacyjny (dokształcający) dla wychowawców fizycznych szkół średnich i seminarjów nauczycielskich. Jak wiadomo, Ministerstwo W. R. i O.

P. tym razem nie mogło udzielić żadnych zasiłków na takie kursy dla szkół średnich, rzecz zatem zorganizowano tylko dzięki zasiłkowi (2000 zł.), otrzymanemu od Państw. Urzędu W. F. i P. W., pokrywając resztę kosztów opłatami uczestników. A przyjęto ich ogółem 64, w czem 36 panów i 28 pań, 48 uczestników rzeczywistych (z przebytym kursem w. f. najmniej rocznym, lub jego ekwiwalentem), oraz 16 hospitantów (mających za sobą krótsze kursy). Przytem, podobnie jak w kursach poprzednich, poziom całej pracy stosował się do potrzeb jedynie pierwszej z tych kategoryj. Wykładali i prowadzili ćwiczenia: prof. Piasecki, asystenci: dr Stojanowski i Tucholska-Domańska, ppłk. Sikorski, kpt. Baran, kpt. Szuszkiewicz.

Z dniem 15 września zamknięto wpisy na rok akademicki 1927/28. Statystyka słuchaczy przedstawia się jak następuje. Kurs trzyletni pełny (prowadzący do stopnia magistra w. f.) — 60 stud., w tem 31 medyków (przyszłych lekarzy szkolnych i sportowych); kurs 3-letni uproszczony (połączony ze studjami na Wydziale Humanist. lub Mat.-Przyr.) — 65 stud. Nadto, Studjum opiekuje się rocznym kursem wychowania fizycznego i muzyki grupa V Wyz. Kursów Naucz.) dla nauczycieli szkół powszechnych, o 37 uczestnikach. Razem wynosi frekwencja 162 osoby, w czem 84 mężczyzn i 78 kobiet. Do tego trzeba doliczyć rosnącą wciąż liczbę studentów wszelkich wydziałów, uczęszczających tylko na ćwiczenia cielesne.

Ten ciągły wzrost frekwencji uczynił też w całej pełni aktualną sprawę uzyskania nowego, odpowiadającego dzisiejszym wymaganiom gmachu. oraz boisk, pływalni własnej, etc. Gdy Studjum uzyskało (w r. 1921) od Magistratu m. Poznania budynek w parku Wilsona, w którym do dziś dnia się mieści, trzeba było to uważać za wielką zdobycz. Obecnie jednak, po latach sześciu ciągłego rozwoju, uczelnia nasza formalnie dusi się w tych zbyt ciasnych ramach. Dlatego z radością powitała widoki zmiany na łepsze, jakie otworzyły się w związku z planowaną na r. 1929 Powszechną Wystawą Krajową. Widoki te oparły się na interesie gminy w pozbyciu się starego budynku, który jest zawadą w planach rozszerzenia parku Wilsona, na szlachetnej ambicji, tak po stronie gminy, jak zarządu wystawy, by ta impreza zostawiła po sobie trwałe pomniki, wreszcie na wielkim rozmachu, jaki cechuje nowopowstały Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego.

Z inicjatywy Uniwersytetu odbyła się w tej sprawie (6 sierpnia) konferencja w ratuszu, w której gminę st. m. Poznania i zarząd Wystawy Kraj. zastępowali pp. prez. Ratajski i radca Pajzderski, Państw. Urząd W. F. i P. W. — pp. ppłk. S. G. Ulrych i mjr. S. G. Grocholski, Uniwersytet zaś — prof. Piasecki. Jako wynik tej konferencji ustalono zgodnie, że wszystkie zainteresowane czynniki mogą i powinny przystąpić do dostarczenia Studjum Wych. Fiz. Uniw. Pozn. nowego, odpowiadającego dzisiejszym wymaganiom gmachu, a w szczególności:

1) Gmina st. m. Poznania ofiaruje teren (4 ha) w obrębie, przeznaczonym na dział rolniczy Powsz. Wyst. Kraj., przy ulicy Wyspiańskiego i partycypuje w kosztach budowlanych (jak niżej pod 2). Po przeniesieniu Studjum do nowego gmachu, gmina zastrzega sobie zburzenie starego budynku w parku Wilsona i użycie położonych tam boisk na swoje cele.

2) Zarząd Powszechnej Wystawy Krajowej opracuje swoim kosztem i swojemi siłami plany architektoniczne, zgodne z zapotrzebowaniami Uniwersytetu, i przeprowadzi budowę we własnym zarządzie, przyczyniając się wraz z gminą st. m. Poznania, do jej kosztów (obliczonych w przybliżeniu na miljon zł.) w połowie. Budynek będzie w czasie wystawy służył jej celom, po zamknięciu zaś wystawy zostanie oddany Uniwersytetowi.

3) Państwowy Urz. W. F. i P. W. wstawia w swój budżet na rok 1928/29 drugą połowę kosztów budowy wymienionego gmachu, oraz sumy,

potrzebne do urządzenia i wyposażenia gmachu i boisk w myśl odnośnych zapotrzebowań Uniwersytetu Pozn.

Sprawa cieszy się też od samego początku usilnem poparciem władz uniwersyteckich, zwłaszcza zaś J. M. rektora Grochmalickiego i prorektora Jurasza. Niemniej szczerze zabiega koło niej naczelny dyrektor Powsz. Wyst. Kraj. p. woj. Wachowiak, przy współudziale pp. architektów: radcy Sławskiego i inż. Müllera, oraz komisarz Wystawy w Warszawie, p. Rose.

Oto ważniejsze szczegóły z zapotrzebowań, przedłożonych przez Uniwersytet: Dwie sale gimnastyczne (przedzielone ruchomą ścianką, umożliwiającą połączenie ich dla pokazów etc.) z szatniami, natryskami i t. p. Dział gimnastyki leczniczej i masażu, pomyślany jako aneks Kliniki Ortopedycznej U P., w porozumieniu z jej dyrektorem, prof. Wierzejewskim. Sala szermierki, boksu etc., z przyległościami. Sala wykładowa na 200 studentów, z instalacją *cinéma ralenti* etc. Bibljoteka i czytelnia. Działy naukowe: 1) antropometrji stosowanej, 2) higjeny szk. i higj. ćwiczeń cielesnych, 3) rentgenowski, 4) psychologji stosowanej i (największy) 5) fizjologji stosowanej. Każdy z tych działów, pomyślany jako odrębna całość, pod kierownictwem docenta, lub adjunkta — specjalisty. Razem, nie licząc suteren, na parterze, I i II piętrze, proponuje się 58 pomieszczeń o łącznej powierzchni 3194 m^2.

Są tedy wszelkie podstawy do nadziei, że nauka polska zyska zupełnie nowoczesne warunki do służenia swą pomocą sprawie fizycznego odrodzenia narodu.

Centralna Szkoła Wojskowa Gimnastyki i Sportów w Poznaniu.

W okresie letnim 1927 w Centralnej Szkole Wojskowej Gimnastyki i Sportów zostały zakończone kursy: oficerski roczny, oficerski 4-miesięczny i podoficerski 6-miesięczny. W lipcu odbył się dwutygodniowy kurs informacyjny dla lekarzy wojskowych, wreszcie 22 sierpnia rozpoczął się kurs dla zawodników i zawodniczek lekkoatletycznych, wybranych przez Komitet Olimpijski.

Celem kursu było stworzenie takich warunków, aby nasi czołowi lekkoatleci mogli zarazem wypocząć od pracy zawodowej, osiągnąć poprawę kondycji fizycznej i opanować style. Program dnia obejmował gimnastykę, wykład, gry ruchowe, marsze i ćwiczenia lekkoatletyczne (po południu). Prowadzili ćwiczenia kpt. Jan Baran, Władysław Dobrowolski i Czesław Mierzejewski. Pod koniec kursu w dniu 22. IX przyjechał trener p. Klumberg z Estonji. Na zawodach, urządzonych w dniach 10 i 18 września poprawiono kilka rekordów polskich.

Najbliższemi kursami w Szkole będą: Zaczynający się 3. X. br. kurs szermierczy oraz 15. X. br. siódmy kurs oficerski wychowania fizycznego dla 32 oficerów.

Komendant Szkoły, Dr. W. Osmolski, ppłk.

Z ruchu ćwiczebnego.

Osnowa lekcji dla dzieci w wieku przedszkolnym,

przeprowadzona dn. 19 marca 1927 r. na I Zjeździe Walnym Sekcyj W. F przy T. N. S. W. w Poznaniu.

Dzieci stają w rozpierzchłej gromadce.

I. 1. Ukłon, rozglądanie po sali (w górę, w dół, na boki).

2. Kto najwyższy? (ćw. wypr.). Kto najmniejszy? (przys. podpar.). Kto najgrubszy? (ram. w bok).

3. Marsz ze śpiewem: „Nasze żołnierzyki".

II. 1. Dzieci są w lesie, stają dokoła łączki, udają drzewa, poruszane wiatrem (r. ram. i tuł.).

2. Naśladują szum wiatru (ćw. oddech.).

3. Kwiatki i trawki zwiędłe prostują się do słońca (ćw. tuł.).

4. Wiatr chwieje trawkami i kwiatkami (post. jednonóż).

Zajączki wybiegły na łączkę — nadsłuchują.

5. Zabawa: „Wilk i zajączki" (ćw. tuł.).

6. „Noc i dzień" (chód wspięty z zamkn. oczyma) (ćw. równow.).

7. Zabawa ze śpiewem: „W naszej drogiej szkółce" (poskoki).

III. 1. W siadzie skłon głowy na kolano.

2. „Piłeczki idą na spacer" (dzieci sprowadzają je do domu).

3. Zabawa ze śpiewem: „Myszki, myszki, siedźcie w norze".

Ukłon.

M. Germanówna, Lwów.

Święto sportowe młodzieży szkolnej 1927.

Okręg białostocki.

Na skutek zarządzenia Kuratorjum O. S. przesunięto święto sportowe na początek roku szkolnego 1927/28. W r. 1926/27 odbyły się w maju i czerwcu lokalne zawody szkolne i to przeważnie w ramach ogólnych świąt sportowych, które organizowały Powiatowe Komitety wych. fiz. i przysposobienia wojsk. Niektóre zakłady urządziły zawody o oznakę sprawności fizycznej, przy których oczywiście ustalono pewne minima wyników. Na program składały się poszczególne konkurencje lekkiej atletyki, dalej gry oraz różne pokazy i popisy (gimnastyka, rytmika i plastyka), ćwiczenia harcerskie, piramidy, pląsy). W zawodach brały udział szkoły następujących miast: Białystok, Świsłocz, Bielsk Podlaski, Drohiczyn, Grajewo, Grodno, Lida, Łomża, Ostrołęka, Słonim, Suwałki i Wołkowysk.

Poniżej podajemy najlepsze wyniki, osiągnięte w lekkiej atletyce. Chłopcy: skok wzwyż — 1,55 m, w dal — 581 m, o tyczce — 2,65 m, bieg 60 m — 7,2 sek., 100 m — 11,9 sek., 400 m — 58,5 sek., 800 m — 1,56 min.; sztafeta 4 × 100 m — 51,6 sek., dysk — 29,70 m, oszczep — 41,32 m, kula — 13 m (5 kg) i 11,0 m (7,5 kg). Dziewczęta: skok w dal — 4,08 m, wzwyż — 1,17 m, dysk — 22,10 m, bieg 60 m — 9,2 sek.

Z gier były w programie: siatkówka, koszykówka, piłka nożna, piłka bramkowa, szczypiorniak, podaj dalej i dwa ognie. W ostatnich dwóch brały udział tylko zakłady żeńskie. Poza tem urządzono jeszcze zawody w różnych wielobojach, strzelaniu, rzucie granatem i marszu.

Zawody były naogół licznie obesłane, tak samo organizacja stała na odpowiednim poziomie.

Okręg lubelski.

W maju i czerwcu b. r. na terenie tutejszego Kuratorjum odbyło się „Święto sportowe" młodzieży szkół średnich ogólno-kształcących i zawodowych oraz seminarjów nauczycielskich. Komitety, urządzające „Święto", stawiały sobie głównie za cel propagandę wychowania fizycznego wśród najszerszych warstw społeczeństwa. Dlatego na program składały się masowe ćwiczenia, osobno dla szkół męskich, osobno dla żeńskich, pokazy ćwiczeń lekko-atletycznych i gier ruchowych. Na terenie poszczególnych miast łączyły się szkoły razem, dając pokazy metodycznych lekcyj gimnastyki lub ćwiczeń o charakterze popisowym.

W skład ćwiczeń lekko-atletycznych wchodził dla uczniów ponad 16 lat życia: bieg 100 m, skok wzwyż, wdal i o tyczce, rzut dyskiem

i oszczepem, oraz pchnięcie kulą 5 kg. Dla dziewcząt dawano bieg 60 m., skok wzwyż, rzut dyskiem i rzut oszczepem.

Duży nacisk kładziono na gry ruchowe. Tak męskie, jak i żeńskie szkoły wystawiały drużyny do piłki latającej i piłki koszykowej. Męskie nadto uczestniczyły w grze w piłkę ręczną, zaś żeńskie w podaj dalej.

Oprócz reprezentantów władz, nauczycielstwa i wojskowości na boiska przybywała tłumnie publiczność.

Brak boisk przy szkołach jest przeszkodą do zorganizowania i przeprowadzenia zawodów międzyszkolnych, które budzą emulację wśród uczniów i są potężnym czynnikiem postępu. Szkoły, wykazujące inicjatywę na polu wychowania fizycznego, ograniczają się jedynie do wewnętrznych zawodów między-klasowych, czy też między-kursowych w seminarjach nauczycielskich.

Młodzież zorganizowana w Hufcach szkolnych, urządziła dnia 12. 6. b. r. zawody w strzelaniu z broni długiej wojskowej na 100 m i broni małokalibrowej na 50 m, a dla zespołów żeńskich na 25 m. W „Święcie sportowym" hufce szkolne nie brały udziału.

Okręg pomorski.

W organizacji tegorocznych zawodów międzyszkolnych zachowało Kuratorjum wprowadzone już przedtem miejscowe święta sportowe, zapoczątkowało w niej jednak rzecz nową na Pomorzu w formie t. zw. okręgowego szkolnego święta sportowego, które odbyło się w Grudziądzu dnia 19 czerwca b. r. Miało ono być podsumowaniem do pewnego stopnia wyników lokalnych świąt sportowych i ich oficjalnem zakończeniem ostatecznem. Udział zawodników ze wszystkich państw. szkół średnich ogólnokształcących i państw. seminarjów nauczyc. na Pomorzu w okręg. szkolnem święcie sportowem był obowiązkowy; usprawiedliwiona była nieobecność tylko 2-ch gimnazjów i jednego seminarjum nauczycielskiego. Średnie zakłady szkolne prywatne od tego obowiązku były zwolnione.

Program zawodów międzyszkolnych uwzględnił płeć i wiek uczestników, oraz objął lekką atletykę i gry drużynowe. W odniesieniu do gier względy techniczne zniewoliły Kuratorjum do podziału całego swego okręgu na 4 podokręgi (Brodnica, Grudziądz, Tczew i Toruń), w których przed okręgowem świętem sportowem odbyły się eliminacyjne zawody gimnazjów i seminarjów nauczyc. do danego podokręgu przynależnych. Cztery zwycięskie drużyny w każdej grze (4 podokręgi) obowiązane były stawić się w Grudziądzu w przeddzień okręgowego święta do dalszych zawodów eliminacyjnych. Dzień 19. 6. 27 r. przeznaczony był na zawody 2-ch najlepszych drużyn podokręgowych w poszczególnych grach o mistrzostwo w okręgu. W wigilję święta okręgowego odbyły się również zawody eliminacyjne wszystkich zawodników lekkoatletycznych, przyczem również finałowe rozstrzygnięcia wyznaczone były na dzień następny. Ponieważ szkół żeńskich — typu gimnazjalnego i seminaryjnego w stosunku do szkół męskich na Pomorzu jest niewiele, nie było potrzeby dzielić je na podokręgi i dlatego zawody eliminacyjne dziewcząt zarówno w lekkiej atletyce jak i w grach drużynowych odbyły się w przeddzień, a zawody końcowe w dniu okręgowego święta sportowego.

Chłopcy zawodnicy dzielili się na junjorów (do lat 17) i senjorów (od lat 17). Pierwsi wyznaczony mieli dla siebie trójbój w biegu na 60 m, w skoku wdal i w rzucie dyskiem oburącz 1 kg; drudzy mieli trójbój w formie biegu na 100 m, skoku wzwyż i pchnięcia kulą oburącz 7¼ kg. Dziewczęta nie miały obowiązkowego trójboju, lecz zawody jednostkowe w biegu na 60 m, w skoku w dal i w rzucie dyskiem oburącz 1 kg. Senjorzy wyćwiczeni sportowo, dopuszczani byli dodatkowo do zawodów jednostkowych w biegu rozstawnym na 400 m, w skoku o tyczce i do rzutu oszczepem; wykluczeni jednak byli od udziału w tych dodatkowych zawo-

dach ci, którzy w swoich zakładach nie osiągnęli minimum: w 400 m 51", w skoku o tyczce 2.50 m i w rzucie oszczepem 35 m. W programie zawodów były następujące gry: piłka koszykowa, latająca i ręczna oraz palant; ten ostatni jednakże przeznaczony był wyłącznie dla junjorów. Przewidziane były także nieobowiązkowe tańce narodowe dla zespołów dziewcząt wedle poszczególnych zakładów. Gry wymienione były dla wszystkich obowiązkowe i opierały się na regułach podanych w podręcznikach W. Sikorskiego i Humena. Zawody lekko-atletyczne prowadzone były według odpowiednich przepisów P. Z. L. A. Do klasyfikacji poszczególnych szkół biorących udział w okręgowem szkolnem święcie sportowem wliczano wyniki zawodów jednostkowych i drużynowych, zarówno senjorów jak i junjorów.

Klasyfikacja ogólna poszczególnych zakładów jest następująca: Szkoły żeńskie — Państw. gimn. żeńsk. Tczew (I miejsce), Grudziądz, miej. gimn. żeńsk. Toruń, państw. gimn. ż. Chełmno, gimn. koed. P. M. Szkol. Gdańsk oraz państw. semin. naucz. ż. Toruń (I miejsce).

Szkoły męskie — Państw. gimn. Toruń (I miejsce), mat. prz. Grudziądz, gimn. Chełmno, Chojnice, Tczew, Brodnica, klas. Grudziądz, koed. Świecie, Wejherowo, filja niem. (koed.) Toruń, gimn. Wąbrzeźno, Starogard, Chełmża, progimn. Nowemiasto, prog. Lubawa, gimn. P. M. Szkoln. Gdańsk oraz państw. Szkoła Budowy Maszyn w Grudziądzu (I miejsce); następnie semin. naucz. męskie Tuchola (I miejsce), im. St. Staszica Grudziądz, sem. Toruń, Wejherowo, Kościerzyna, Lubawa, Działdowo.

Okręg śląski.

Zawody międzyszkolne szkół średnich ogólnokształcących, zawodowych i seminarów nauczyc. Województwa Śląskiego, odbytych w dniach 23, 24 i 25 czerwca 1927 r. w Katowicach na boisku Policyjnego klubu sportowego, przeprowadził na prośbę Wydziały Oświecenia Publicznego Zarząd Okręgowy Sekcji nauczyc. wych. fiz. przy T. N. S. W. Program obejmował dla uczniów: 1) pięciobój drużynowy, składający się z biegu rozstawnego 9×100, przechodzenia przez parkan 3.50 m wysoki, skoku w dal, rzutu granatem oburącz, oraz z gry w koszykówkę; 2) dziesięciobój drużynowy, w którego skład wchodziły ćwiczenia wolne, ćw. na łacie, przeskok przez kozła, bieg płaski 100 m., wspinanie po linie 6 m długiej, skok wdal, skok wwyż, rzut granatem oburącz, rzut krążkiem, pchnięcie kulą. W pięcioboju drużyna składała się z 9 uczniów, w dziesięcioboju z 12. Każdy zakład do pięcioboju drużynowego mógł stawić tylko jedną drużynę, do dziesięcioboju drużyn kilka (najwyżej 4) po 12-tu uczniów.

Dla uczenic: 1) gra w koszykówkę, 2) siedmiobój drużynowy, który obejmował ćwiczenia wolne, ćw. na łacie, ćw. równoważne, kozioł, bieg 60 m, rzut piłką uszatą, skok wdal. Dla siedmioboju drużyna składała się z 12 uczenic.

Do zawodów zgłosiło udział: do pięcioboju 19 zakładów męskich, z czego dwa zakłady się wycofały, jeden z powodu podstawienia zawodnika został zdyskwafikowany; ukończyło zawody 16 zakładów — do dziesięcioboju 19 zakładów męskich 22 drużyny z czego jeden zakład nie stawił drużyny zaś dwa wycofały swe drużyny w ciągu zawodów. Ukończyło 16 zakładów z 19-tu drużynami — do gry w koszykówkę 8 zakładów żeńskich, — do siedmioboju 7 zakładów żeńskich, w ciągu zawodów wycofała się jedna drużyna, skończyło 6 zakładów.

Ogółem zgłoszono 122 uczennice oraz 320 uczniów. W ciągu zawodów wycofano lub zdyskwalifikowano 12 dziewcząt oraz 31 chłopców.

W zawodach brały następujące zakłady udział: Bielsko, gimn. państw., Bobrek Cieszyn, państw. sem. naucz. m., Cieszyn, p. gimn. im. Osuch, Cie-

szyn, p. szk. handl., Katowice, miejska szk. handl., Katowice, gimn. p., Katowice, miejsk. mat.-prz. gimn., Katowice, miejskie gimn. ż., Król. Huta, miejsk. szk. handl., Król. Huta, miejsk. gimn. ż., Król. Huta, p. gimn. klas., Król. Huta, p. gimn. mat.-prz., Król. Huta, wojsk. szk. mech. hutn., Mikołów, miejsk. liceum ż., Mysłowice, gimn. hum., Mysłowice, p. gimn. Mysłowice, p. sem. naucz. m., Mysłowice, p. sem. naucz. ż., Nowa Wieś, p. sem. naucz. ż., Mikołów, p. gimn., Pszczyna, p. gimn. Pszczyna, p. sem. naucz. męsk., Tarnowskie Góry, p. gimn. Tarnowskie Góry, sem. naucz. m. p., Szarlej, komunalne gimn., Żory, miejsk. progimn.

Organizacja zawodów spoczywała w ręku komitetu podzielonego na komisje techniczną, w skład której wchodzili pp. Hamburger, Szymoński, Kulik, Hrnczarek i Zontek, administracyjną (Koczur przew.), kwaterunkową (Dr. Krajewski, Drozdowski), sanitarną (Dr. Krajewski), kolegjum sędziów (Hamburger, Dobrowolski, Zontek).

Wyniki zawodów były następujące: koszykówka żeńska, zgłoszonych 8 drużyn (po 9 uczennic) — rozgrywka w sposób olimpijski — I. Gimn. ż. Mysłowice, II. Gimn. ż. Król Huta, III. Gimn. ż. Katowice. — Siedmiobój żeński — stanęło 8 drużyn po 12 zawodniczek. — I. Gimn. ż. Mysłowice, Szkoła Handlowa Katowice, III. Sem. ż. Nowa Wieś. Pięciobój męski — stanęło 19 drużyn 19 zakładów. I. Sem. naucz. męsk. Bobrek, II. P. Gimn. Cieszyn, III. P. Gimn. mat. przyr. Król. Huta. Dziesięciobój męski — zgłoszonych 22 drużyn z 19 zakładów, stanęło 21 drużyn. I. Gimn. Osuchowskiego Cieszyn, II. Sem. Mysłowice druż. 1, III. Sem. Bobrek.

Zawody zakończono w dniu 25 czerwca przemówieniem reprezentanta Wydziału Oświecenia Publicznego Naczelnika Dr. Farnika, który następnie po ogłoszeniu wyników przez kierownika zawodów, wręczył zwycięzcom nagrody.

Okręg warszawski.

W roku bież. S. W. F. T. N. S. W. w Warszawie opracowała i wykonała następujący program „Dnia sportowego młodzieży". Pokaz ćwiczeń gimnastycznych, wykonanych przez uczniów i uczenice szkół prywatnych. Stanęło 19 męskich (800 chłopców) i 18 żeńskich (680 dziewcząt) szkół. Program obejmował lekcje gimnastyki dziewcząt i chłopców, skoki na przyrządach (15 kozłów, koni i skrzyń), ćwiczenia lekkoatletyczne (po 3-ch do każdej konkurencji) oraz 6 sztafet 4×100 i gry sportowe (szczypiorniak, piłka koszykowa, siatkowa i graniczna), do których stanęły 6 druż. męsk. i 6 żeńsk.

Popis wypadł dość sprawnie. Obecni byli pp. wiceminister oświaty, p. Kurator i wyższe władze wojskowe. Po pokazie nastąpiło rozdanie nagród przez gen. Rożena.

W niedzielę 12 czerwca odbyła się defilada przez wojsko na placu Saskim.

Zawody lekkoatletyczne (2 i 3 czerwca), które składały się trójboju lekkoatl. i biegu sztafetowego 4×100. Sędziami byli profesorowie i egzaminowani sędziowie P. Z. L. A., zaproszeni przez kierownika zawodów. Trójbój drużynowy składał się z biegu na 100 mtr., jednego z rzutów (dysk 2 klg, oszczep 800 gr lub kulą 7¼ klg), jednego ze skoków (wwyż lub wdal). Minimum, wymagane od każdego zawodnika wynosiło w biegu 14 s., kuli 5.40, dysku 20 m, oszczepie 25 m, skoku wwyż 13 cm, wdal 4 m. Każda ze szkół zgłaszała po 5 zawodników. Największa ilość punktów uzyskanych przez 5 zawodników decydowała o zwycięstwie szkoły. Punkty obliczano według tabeli Feder. Intern. Atletic.

Do trójboju stanęło 15 szkół z 75 zawodnikami. I. gimn. W. Giżyckiego, II. im. M. Reja, III. J. Zamoyskiego. Do sztafet 4×100 m. stanęło 9 szkół — I. gimn. W. Giżyckiego (48,5 sek.), II. gimn. J. Zamoyskiego, III. gimn. św. Wojciecha.

Przechodnią nagrodę (dyskobol z bronzu wysok. 30 cm) ofiarowaną przez p. Ministra W. R. i O. P. otrzymało gimn. W. Giżyckiego. 4 następne szkoły otrzymały dyplomy Sekcji Wych. Fiz. Przechodnią nagrodę za zwycięstwo w biegu sztafetowym, ofiarowaną przez Kuratorjum Warsz., otrzymało gimn. W. Giżyckiego, 2 następne szkoły dyplomy. Ci członkowie drużyn szkolnych, którzy osiągnęli najlepsze wyniki w poszczególnych konkurencjach otrzymali dyplomy, a zajmujący 1-e miejsce w konkurencjach żetony.

Bieg 100 m — gimn. im. M. Reja (11.9 sek.), pchnięcie kulą — gimn. W. Giżycki (9,61 m), rzut oszczepem — państw. Szkoła Ogrodn. (36 m 80 cm), rzut dyskiem — szkoła Mazowiecka (27,69), skok wwyż — gimn. im. M. Reja (1,58), skok wdal — gimn. im. M. Reja (6.61 m).

Należy podnieść, że wyrobienie sportowe zawodników było lepsze, niż lat ubiegłych, a także karność była większa. Organizacja i przebieg zawodów były znacznie sprężystsze niż lat poprzednich.

Przysposobienie wojsk. W r. b. z inicjatywy dowództwa 21 p. p. i 36 p. p. zwołano zebranie dyrektorów i kierowników wych. fizycznego tych szkół, na terenie których, oba te pułki prowadzą przysp. wojsk. Zawiązano wspólny komitet ze S. W. F. T. N. S. W., w skład którego weszli dr. Mitkowski z ramienia Kurat. Okr. Szk. Warszawsk. i zarazem prezes Komitetu, profesorowie Starzyński, Olszewski, Sieciński i Neugebauer, Moczulska (Sekcja Warsz. P. W. Kobiet), Kopetyński z Komendy Z. Młodych Pionierów i przedstawiciele wojska z mjr. Ziemskim na czele.

Odbyto 7 posiedzeń Komitetu, na których omawiano i przygotowano program „Święta Młodzieży". Program rozdzielono na kilka dni świątecznych wzgl. popołudni, ażeby młodzież i wychowawcy bez szkody dla swych zajęć codziennych mogli poświęcić czas wolny na realizację programu. Dzięki współpracy wszystkich członków Komitetu wykonanie programu nie przedstawiało wielkich trudności, cel zamierzony został w zupełności osiągnięty.

W dniu 28 maja odbyły się zawody strzeleckie z broni małokalibrowej (36 m, stojąc z wolnej ręki) na strzelnicy T-wa Łowieckiego. Do zawodów stanęło 207 zawodników w 34 zespołach, z tego 27 zespołów szkolnych, 3 ze stowarzyszeń i 4 kobiece. — I. zespół gimn. Zamoyskiego osiągając 414 pkt. (na 500 możliwych), II. gimn. Giżyckiego 413 pkt., III. kobiecy klub strzelecki p. w. 400 pkt. Nagrodę wędrowną ofiarowaną przez p. Ministra W. R. i O. P. otrzymał zespół Kobiecego Klubu Strzel. p. w. 21 p. p. Od Komitetu „Święta Młodzieży" otrzymał nagrodę zespół z gimn. Zamoyskiego.

Patrząc na sprawę propagandy sportu strzeleckiego ze strony czysto wojskowej, czy też ze stanowiska instruktora p. w. stwierdzić można było, że wyszkolenie strzeleckie przy pomocy broni małokalibrowej daje lepsze i szybsze rezultaty, aniżeli przy pomocy broni wojskowej. Broń lżejsza, częstsze użycie jej, amunicja tańsze i t. d. są zachętą do strzelectwa. Oficerowie instrukcyjni wyznaczali na podstawie metryk strzeleckich, tylko tych, którzy co najmniej odbyli jedno szkolne strzelanie, wypełniając warunki określone instrukcją strzelecką wojskową.

Do zawodów wyznaczono 36 zespołów po 6 zawodników z danej szkoły czy stowarzyszenia — razem 216 zawodników. I. zespół z gimn. Kulwiecia — 288 pkt. (na 360 możliwych), II. gimn. Giżyckiego — 277 pkt., III. Zw. Strzelecki Cytadela — 273 pkt. Nagrody od D-cy O. K. I, 21 p. p. i Kom. Gł. Zw. Strzel. wręczył zwycięzcom gen. Jaxa-Rożen.

W dniu 10 czerwca odbyły się na boisku sportowem 36 p. p. zawody sportowo-wojskowe, jako dalszy ciąg „Święta Młodzieży". Do biegu szturmowego na torze przeszkód o długości 400 mtr. zgłosiło się 88 zawodników,

zgrupowanych w 22 zespoły po 4-ch zawodników. — I. zespół z hufca międzyszkoln., II. gimn. Giżyckiego, III. gimn. V. Miejskie.

W dniu 12 czerwca odbyła się defilada hufców szkolnych i stowarzyszeń p. w. na placu Saskim przed Komendantem Miasta gen. Rożenem. Do defilady poprzedzonej przeglądem stanęło około 1500 członków p. w., w tem 70 kobiet z Komitetu p. w. Zw. Strzelecki, Zw. Młodych Pionierów, Sokół konny, Strzelec.

Tak zakończyło się „Święto Młodzieży", szkoda tylko, że bez udziału szkół państwowych.

Okręg wołyński.

W uzupełnieniu sprawozdania ze zawodów międzyszkolnych („W. F." VIII, 7—8) dodajemy, że w powyższych zawodach brało udział także Liceum Krzemienieckie, osiągając w biegu na przełaj czołowe miejsca oraz zdobywając nagrodę przechodnią, którą Liceum dla zwycięzcy biegu na przełaj ufundowało.

Wychowanie fizyczne w obozach żeńskich P. W. K. i obozach „Związku Młodych Polek" 1927.

Komitet społeczny „Przysposobienia wojsk. kobiet" w Warszawie zorganizował w tym roku równocześnie trzy obozy sześciotygodniowe w lipcu i sierpniu. Jeden z nich odbył się w Kościerzynie od 12 lipca do 20 sierpnia w celu wyszkolenia instruktorek. Obóz ten był w odległości 8 km od miasta, rozłożony na polanie około 300 m szerokiej a 1800 m długiej, otoczonej z trzech stron lasem, z czwartej jeziorem Garczyńskiem. Teren do ćwiczeń po przygotowaniu bardzo dobry. Uczestniczki spały pod namiotami, których było 14. Trzeba dodać, że same stawiały te namioty; również same ścinały koły w lesie i stawiały z nich prycze. Fizycznej pracy wogóle początkowo miały bardzo dużo na świeżem powietrzu i w słońcu, gdyż same musiały porobić drogi przez las, jak również ścieżki na polanie, karczując pniaki i wrzosowiska. Prace wszelkie, wykłady i ćwiczenia odbywały się stale na wolnem powietrzu, z wyjątkiem dni deszczowych. Cały dzień spędzały w lekkim stroju ćwiczebnym i lekkiem obuwiu, częściej boso. Instruktorką wych. fiz. była niżej podpisana, lekarką p. Małgorzata Deimlowa. Mimo wielkich niewygód obozowych, średniego odżywiania i bardzo zmiennej pogody, stan zdrowia był świetny. Uczestniczkami były nauczycielki szkół średnich i powszechnych, studentki uniwersytetów (warsz., krak., lwowsk. i wileńsk.) i biuralistki. Ogółem 250 kobiet, począwszy od lat 19 do 38. Program pracy był bardzo obfity. Dla wych. fiz. poświęcone było 58% z wszystkich zajęć w ogólnej liczbie 134 godzin na 30 dni zajęć. Oto szczegóły programu:

a) Trening indywidualny gimnastyczny, gier ruchowych i sportów, jak w wyszkoleniu ogólnem.

b) Teorja: 1) Znaczenie gier, sportów i gimnastyki dla organizmu. Porównania, wnioski (4 godziny). 2) Zasady prowadzenia gier (2 godz.). 3) Wskazówki do prowadzenia lekkiej atletyki w zakresie wyszkolenia ogólnego. 4) Organizowanie zawodów i sędziowanie (2 godz.). — 5) Metodyka lekcyj gimnastyki — podstawy anatomiczno-fizjologiczne ustroju kobiecego. Wiek fizjologiczny, wiek rozwojowy (Systematyka ćwiczeń dla dziewcząt starszych (15 godz.). 6) Higjena ćwiczeń cielesnych (3 godz.).

c) Praktyka instruktorska: 1) Praktyczne przeprowadzenie lekcji gimnastyki w grupie dziewcząt według własnej osnowy. 2) Przeprowadzenie przynajmniej dwóch gier ruchowych. 3) Sędziowanie w jednej z gier sportowych. 4) Przeprowadzenie przynajmniej dwóch ćwiczeń z zakresu lekkiej atletyki.

Taki był program wychowania fizycznego, który na życzenie instruktorki wych. fiz. jednak uległ w dniu 1. VIII. pewnym zmianom przy dokładnem rozpatrzeniu go i przy przedyskutowaniu pewnych punktów na odprawie w obecności p. ppłk. S. G. Ulrycha, dyrektora, i p. Prazimowskiej, referentki Państw Urz. Wych. Fiz. W programie wyszkolenia w żeńskich obozach i instruktorskich P. W. K. był ustęp: „W zakresie wych. fiz. należy uwzględnić w dużej mierze teorję wych. fiz., by dać pojęcie od podstawach naukowych ćw. cielesnych, jak lekcji gimnastyki gier i zabaw. Metoda pracy jak w wyszkoleniu ogólnem, jeszcze bardziej tylko należy zwrócić uwagę na metodyczne wskazówki przy ćw. praktycznych dla lepszego ugruntowania teorji. Program wyszkolenia instrukt. powinien uczestniczkom dać umiejętność *samodzielnego* prowadzenia ćwiczeń na poziomie wyszkolenia ogólnego. Aby uczynić zadość tym wymaganiom, dano dużą ilość godzin wykładów, nawet metodykę i systematykę ćwiczeń. Na odprawie ta część odpadła, skrócono ilość godzin wykładów, zamieniając na ćwiczenia praktyczne, oraz odrzucono projekt, by po dwurazowem spędzeniu czasu na obozie 6-tygodniowym mogła uczestniczka otrzymać wyszkolenie instruktorskie i wych. fiz. i pozwolenie do samodzielnego prowadzenia ćw. wych. fiz., jedynie utrzymała się zmieniona forma programu, że uczestniczka może otrzymać pozwolenie prowadzenia gier ruchowych. Prócz obcięcia pewnej ilości wykładów z wych. fiz. obcięto również część wykładów o organizacji armji, służby wewnętrznej i. t. p. oraz uchwalono. że na następnych obozach usunięte będą wedle możności wykłady i przeniesione na czas zimowy do programu hufców. Prócz wyżej wymienionych wykładów z wych. fiz. były jeszcze wykłady z higjeny, ćw. w ostrem strzelaniu (z małokalibrowej broni), ćw. z ratownictwa i różne gry polowe.

Wyniki całej pracy mimo bardzo niestałej pogody i różnych braków były dodatnie. Codziennie była lekcja gimnastyki 35- minutowa o g. 6-tej rano — bezpośrednio po wstaniu, która dobrze wpływała wychowawczo i hartująco. Lekkiej atletyki było 4 lekcje tygodniowo, gier 8 godzin. Gimnastykę, l. atletykę i gry prowadziły nauczycielki wychowania fizycznego z grona uczestniczek, a to absolwentki 2-letniego kursu z Warszawy Cendrowska Zofja, Gorączkówna Janina, Kabasówna Julja, Chojnacka Janina, Zdanowska, Zubówna, oraz do pomocy w lekiej atletyce p. Rokoszczanka. Uczestniczki podzielono po pierwszej próbie sprawności na trzy grupy. Z lekkiej atletyki uwzględniano. rzut dyskiem, oszczepem, kulą (dowolnie), skok wzwyż i w dal, bieg tylko 60 m. Naogół uczestniczki garnęły się ochotnie do ćwiczeń i gier, a najwięcej ulubionemi ich sportami były pływanie i wioślarka. Wioślarki uczył prof. Loroch (gimn. męsk. z Kościerzyny), pływania instruktorka wych. fiz. Początkowo były 23 uczestniczki umiejące pływać, z tego stylowo umiało pływać 11. W ostatnich dniach obozu nie umiejących pływać było 12, z tych jedna nie mogła się nauczyć pływać, inne nie mogły uczyć się z powodu cierpień układu krążenia, ukł. oddechowego lub nerek. Urządzano również marsze i wycieczki — jedna wycieczka półdniowa w okolicę, druga nad morze, trzydniowa. Przy początkowej próbie sprawności, na którą składał się bieg na 60 m (9 sek.), skok wdal (3,95), przy końcowej próbie bieg 60 m 7,8 sek., skok wzwyż 1,20 m, wdal 4,27, rzut dyskiem 33, oszczepem 28,21 m. W zawodach pływackich na 30 m przybyły w 40 sekundach, na 60 m. w 1 min. 15 sek., w skokach do wody pięknym stylem popisywało się 7 uczestniczek. W zawodach wioślarskich na łódkach czwórkowych na odległość 1500 m. biegło sześć osad, najlepsza przybyła w 4 min. 3,1 sek.

Drugi obóz P. W. K. był w Grzędziczach pod Grodnem. Uczestniczki podzielono na trzy kompanje. Pierwsza w liczbie 78 (komp. Strzelca), druga w liczbie 85 (przeważnie uczenice szkół powszechnych i zawodo-

wych z całej Polski w wieku 15—24 lat), trzecia w liczbie 70 (Sokolice). Program pracy był rozłożony w ten sposób, że uwzględniano przedewszystkiem praktyczne zajęcia, tak, że na teorję wypadało niewiele godzin. Gimnastyka odbywała się rano, trwała 35 minut, na gry, zabawy, ćw. l. atletyczne i ćw. sportowe poświęcano 3—5 lekcyj codziennie. Instruktorką była p. Natalja Cichocka z Wilna; w wykonaniu pomagały absolwentki 2-letniego kursu wych. fiz. p. H. Paszkowska, p. Jachimowiczówna oraz p. Pułkowska z rocznego kursu. Prócz tych wioślarkę prowadziła p. Święcicka z Warszawy, pływanie p. Litkówna Zofja i p. Rogolińska.

Dla wych. fizycznego przeznaczono 55% czasu. Program szczegółowy obejmował: a) Gimnastykę metodyczną 35 min. według najnowszych toków lekc. podr. Sikorskiego. b) Gry: Zapoznanie z szeregiem gier ruchowych (bieżnych, skocznych i piłkowych) w systematycznym porządu u według stopniowania trudności. Zapoznanie z kilkoma grami sportowemi (piłka latająca, koszykowa, bramkowa, hazena lub szczypiorniak) i wprawa w jednej z nich. c) Sporty: pływanie, lekka atletyka (skok wzwyż, skok wdal, rzut dyskiem, oszczepem, pchnięcie kulą, bieg 60 m, bieg i marsz 1 i pół klm. d) Teorja w. f.: Znaczenie gimnastyki, gier i sportów, zasady

Wszystkie uczestniczki mieściły się w 21 namiotach w lesie i 1 baraku (chore i lekarka). Lekarką obozową była p. dr. Tamara Marczen-
prowadzenia gier, zasady uprawiania codziennej gimnastyki osobistej, higjena ćw. ciel.
ko. Pogoda była wspaniała, teren do ćwiczeń dosyć równy. Uczenice w lekkim stroju spędzały cały dzień. Stan zdrowotny był bardzo dobry. Pływać uczyły się uczestniczki w Niemnie; nauczyło się pływać 75%.

Wyniki końcowe sprawności były: bieg 60 m 9 sek., skok wdal 3,73 m, wzwyż 1,20 m, rzut dyskiem 22,40 m, oszczepem 25 m. Urządzono na zakończenie również zawody l. atletyczne, pływackie i wioślarskie. Odżywianie było dobre, co znamionuje ogólny przybytek na wadze do 5 kg.

Obóz trzeci był w Trembowli (Małopolska wschodnia). Uczestniczkami były uczenice gimnazjalne, licealne i seminarzystki w wieku od 16—21 lat, w liczbie 215. Obóz mieścił się w budynku gimnazjalnym i namiotach. Każda kompanja po 2 tyg. była pod namiotami. Pracowano według takiego samego programu jak w obozie drugim. Wykonawcami programu wych. fiz. byli: p. Janina Michalikówna, p. Janusz Lenard z 2-letniego kursu wych. fiz. z Poznania, p. Helena Aleksandrowiczówna i p. Irena Chocinowiczówna z Warszawy z 2-letn. kursu wych. fiz.; pływanie prowadziła p. Helena Pawłowiczówna z Krakowa, pomagał w pracy pod koniec obozu p. kpt. Rybka. Wiosłowania nie uczono z braku sprzętu; pływania mało, gdyż nie było odpowiednich warunków — mimo to kilkanaście uczenic nauczyło się pływać. Uczestniczki spędzały także cały dzień pod gołem niebem —pogoda sprzyjała, — wycieczki urządzono jednodniową 11 km, drugą dwudniową 30 km. Teren był dobry do ćwiczeń — chociaż wilgotny. Lekarką była dr. Sznejderowa z Trembowli, dochodziła dwa razy dziennie do obozu; zdrowotność była b. dobra, odżywianie bardzo dobre.

Wyniki zawodów końcowych były: 60 m 9.8'', skok wdal 4 m 67 cm, skok wzwyż 118 cm (pięknym stylem), rzut dyskiem 27,67 m, oszczepem 25,09 m, pchnięcie kulą 3.860 gr) 7,93 m, granatem 24,50 m.

We wszystkich obozach rozdano na zakończenie nagrody za dobre wyniki pracy i za sprawność fizyczną. Najlepszy materjał i najchętniejszy do pracy był na trzecim obozie tj. w Trembowli.

Czwarty obóz żeński urządził Związek Mł. Polek z Poznania. Uczestniczki mieściły się w 8 namiotach na polanie tuż nad jeziorem w Kórniku;

obóz ten trwał 2 tygodnie, w sierpniu, nosząc nazwę „obozu wych. fiz.". Wychowanie fizyczne prowadziły pp. Łozińska, Pańkówna i Śmierzewska z Poznania. Lekarką była dr. Męczyńska. Uczestniczki, w liczbie 154, były to przeważnie uczenice ze szkół powsz., wydziałowych oraz młodzież pozaszkolna, ze wsi i miast wielkopolskich. Program pracy był podobny jak na obozie II przysposobienia wojsk. kobiet, tylko w małych zmianach. Wyniki w zawodach: skok wdal 3,90 m, wzwyż 1,15 m, bieg 60 m ponad 8 sekund. Uczestniczki przyszły z małem przygotowaniem do ćwiczeń i z małą wprawą, dlatego wyniki trzeba uznać za dobre; gdy uwzględnimy jeszcze bardzo krótkie trwanie obozu. Kierownictwo ćwiczeń cielesnych spoczywało w sumiennych, ale młodych jeszcze rękach. Zapał do ćwiczeń był duży. Zdrowie dopisywało; ogólny przyrost na wadze dobry.

We wszystkich obozach w przyszłości należy, zdaniem mojem, wykluczyć wykłady z programu zajęć. Gdzie kierownictwo obozu spoczywa w rękach doświadczonych, obeznanych z wychowaniem fizycznem, oraz znających duszę młodzieży żeńskiej, tam one osiągają swe cele. Prócz kierownictwa muszą być wyszkolone siły instruktorskie z fachowemi wiadomościami, zdobytemi na dłuższych (nie kilkodniowych czy tygodniowych!) kursach. Raczej nie urządzać obozu, aniżeli urządzać go bez tych warunków. Cieszyć się jednak należy ruchem kobiet na polu wychowania fizycznego. Te niedawno upośledzone istoty garną się całą siłą do ćwiczeń cielesnych, urządzają wycieczki, strzelają do celu, biegają w słońcu bez obawy o cerę, biorą słoneczne kąpiele, śpią w namiotach (nieraz pod lichemi nawet namiotami, przez które w dzień słotny ciecze woda deszczowa). Kilkakrotnie obserwowałam, jak kilka razy dziennie obozowniczki zmokły, chodziły w wilgotnej odzieży i cały dzień w mokrych pantofelkach i nie przeziębiły się. Sama doświadczyłam obecnie w tym roku na obozie w Kościerzynie, że nawet wątłym niewiastom nie zaszkodziło hartowanie takie i obozowanie wpłynęło dodatnio na ich organizm, co zresztą stwierdzała również lekarka obozu. Naogół do obozów garnie się element zdrowy duchowo i cieleśnie.

H. Migoniowa.

Zmarli.

— **Ś. p. por.-pilot Berski** zginał jako ofiara zawodu, w katastrofie lotniczej. Wychowanek Centralnej Szkoły Wojsk. Gimnastyki i Sportów w Poznaniu, później instruktor szermierki tejże Szkoły, położył wiele zasług i zdobył sobie ogólną sympatję u władz, kolegów i uczniów. Cześć jego pamięci!

Kronika.

— **Sekcja Higjeny Ligi Narodów,** na wniosek delegatów czechosłowackich, postanowiła przystąpić do zbadania możliwości współpracy międzynarodowej na polu udoskonalenia metod wychowania fizycznego. W wykonaniu tej uchwały, dyrektor odnośnego działu Ligi, dr. Ludwik Rajchman, zwrócił się do prof. Uniw. Pozn. E. Piaseckiego z propozycją odbycia podróży naukowych, dla zbadania w różnych państwach 1) metod naukowych wychowania fizycznego, oraz 2) ośrodków i instytutów cywilnych i wojskowych wychowania fizycznego. Pierwszy etap tych podróży

ma się odbyć jesienią roku bieżącego i obejmie kolejno: Finlandję, Szwecję, Norwegję, Danję, Holandję, Belgję, Anglję, Francję, Szwajcarję, Włochy, Austrję, Czechosłowację i Niemcy. W planie dalszych etapów są kraje pozaeuropejskie (przedewszystkiem Stany Zjednoczone Am. Półn. i Japonja).

— **Nauczanie higjeny w szkołach średnich.** Jak wiadomo, mimo bardzo szerokiego wprowadzenia nadzoru lekarskiego w naszych szkołach średnich, lekarz szkolny uczył dotąd higjeny tylko sporadycznie, we formie przygodnych pogadanek. Trzeba też powitać z radością rozporządzenie Ministerstwa W. R. i O. P. z d. 1 lipca b. r. (Nr. OH fiz. 584/27), wprowadzające obowiazkowe nauczanie tego przedmiotu, w wymiarze 1 godziny tygodniowo, w VII klasie szkół średnich ogólnokształcących, z początkiem r. szk. 1927/28. Program obejmuje: higjenę oddychania, odżywiania, mieszkań, hartowanie, higj. ćwiczeń cielesnych, pracy umysłowej, zwalczanie chorób zakaźnych, alkoholizmu, gruźlicy, higjenę miast, miasteczek i wsi, hig. zawodową i ratownictwo; nadto, dla dziewcząt, higjenę niemowląt. Dodano instrukcję i wskazano celniejsze podręczniki polskie (Wyhowski, Noll, Karaffa-Korbutt, Łazarowicz, W. Biehler).

(Dzien. Urz. Min. W. R. i O. P., R. X., Nr. 9.)

— **Harcerze morscy.** Przed dwoma laty z inicjatywy por. marynarki Hermela zawiązały się pierwsze w Polsce drużyny „wilków morskich", czyli harcerzy morskich. Mają oni na celu przygotowanie rezerw dla marynarki wojennej i handl. oraz propagandę morza i w tym celu odbywają specjalne ćwiczenia. Obecnie drużyny takie istnieją w Warszawie i w 5 jeszcze innych miastach. W roku bieżącym nasi harcerze morscy wystąpili po raz pierwszy na terenie międzynarodowym, biorąc udział w międzynarodowym zlocie skautów morskich w Kopenhadze (31 lipca — 14 sierpnia). Wycieczkę tę odbyli z Poznania do Kopenhagi na małym jachcie Rybitwa, wzbudzając podziw i zachwyt na zlocie. Delegacja wróciła tym samym jachtem via Bornholm do Gdyni.

— **Nasze wydatki na wódkę.** Ogół ludności na ziemiach całej Rzeczypospolitej wydał w r. 1926 na wódkę sumę 656.818.740 zł., to znaczy trzecią część tego, ile wynosi budżet Rzpltej na wszystkie wydatki, związane z istnieniem i utrzymaniem całego państwa.

— **„Cel sam w sobie".** Sprawozdawca sportowy „Głosu Prawdy" wystąpił niedawno z artykułem p. t. „Czy sport jest celem, czy środkiem?" Zapytanie to nieco nieoczekiwane, bo zdawałoby się, że kwestja nie nasuwa najmniejszej wątpliwości. Ale tenże sprawozdawca zastanawiał się niedawno nad tem, czy należy potępiać sport zawodowy... To też z prawdziwą przyjemnością przeczytaliśmy w „Myśli Narodowej" artykuł p. Jana Rembielińskiego p. t. „Światek maleńkich ideałów", tej właśnie sprawie poświęcony.

Oto niektóre ustępy: „Istotnem źródłem wszystkich dzisiejszych niedomagań sportu jest zjawisko, daleko poza sport sięgające, bez porównania głębsze i ogólniejsze. Jest niem bezideowość, wypieranie wielkich ideałów, przez coraz mizerniejsze, maleńkie. Właśnie dlatego idea sportu jako celu „samego w sobie" oraz wszystkie jej konsekwencje zasługują na dokładne bardzo rozpatrzenie, że stanowią wyjątkowo znamienne signum temporis, pozwalają wyraźnie uświadomić sobie niebezpieczeństwo, jakiem cywilizacji grozi zapanowanie tego rodzaju psychiki, tego gatunku ideałów. Daleko — jak widać — zaszło burzenie podstawowych wartości moralnych, religijnych, narodowych, jeżeli można głosić bez zająknienia, że „najwspanialsze wyżyny w walce z nieznanem" osiąga człowiek przez sport, albo twierdzić z całą powagą, że sportowiec dzisiejszy — to współczesny odpowiednik... średniowiecznego rycerza. Głęboko zabrnął świat w ma-

terjalizmie, jeżeli hockey na lodzie uważa już za — wzlot w krainę ideału. I z tą bezideowością, z tym bezmyślnym, demoralizującym światkiem maleńkich ideałów trzeba toczyć walkę nieubłaganą na wszystkich polach. W wychowaniu fizycznem, tak jak wszędzie, aby nie zejść niepowrotnie na bezdroża, trzeba mieć za drogowskaz wielką ideę i według tej idei oceniać wartość poszczególnych jego czynników. Kiedy w sporcie widzieć będziemy jeden ze środków dla wzmożenia fizycznej i moralnej tężyzny Narodu, wówczas sport polski odnajdzie i treść moralną właściwą, nie zwyrodniałą, i wytworzyły nowe, własne formy, nie będące tylko bezmyślnem naśladownictwem obcych wzorów".

— **Postępy Sokoła.** Ostatnie miesiące przyniosły szereg faktów, wykazujących, że „Sokół" nietylko nie spoczął na laurach swych przedwojennych zasług, nietylko nie pogrążył się w błogiej bezczynności, lecz przeciwnie, przeprowadził gruntowną pracę od podstaw przekształcenia się z towarzystwa gimnastycznego w towarzystwo o szerszym zasięgu, bo obejmujące obok gimnastyki wszelkie dziedziny sportu i przysposobienie wojskowe. Praca ta, prowadzona cicho i bez rozgłosu, zaczyna już wydawać owoce. W pierwszym więc rzędzie podkreślić trzeba sukcesy „Sokoła" w dziedzinie lekkiej atletyki. Że lekka atletyka kobieca stała w „Sokole" bardzo wysoko, o tem każdy, kto interesuje się sportem, wiedział nie od wczoraj. Przecież „Sokół-Grażyna" — to obok A. Z. S-u zespół najwybitniejszych naszych atletek! Ostatnio dowiedzieliśmy się, że i lekkoatletyka męska stoi w „Sokole" na bardzo wysokim poziomie. W mistrzostwach lekkoatletycznych Polski, „Sokół" piotrkowski zajął w ogólnej klasyfikacji 5-te miejsce. Jest to sukces wprost pierwszorzędny, gdy zważyć, że przed „Sokołem" znajdują się tak stare i wyrobione kluby, jak A. Z. S., Polonja, Pogoń, a już taka np. poznańska Warta musiała zawodnikom sokolim ustąpić miejsca.

Sukces „Sokoła" piotrkowskiego nie jest rzeczą przypadkową, ani wyjątkiem. Ze wszystkich stron Polski nadchodzą wieści o zwycięstwach sokolich na lokalnych zawodach lekkoatletycznych. Jako typowy przykład przytoczyć tu możemy wyniki dnia sportowego w Grójcu, gdzie sokoli z gniazda w Grójcu i Warce zajęli wszystkie pierwsze, drugie i trzecie miejsca...

Równie energicznie wzięło się sokolstwo do sportów wodnych. Nie mówiąc już o starym i dobrze znanym oddziale wioślarskim „Sokoła" w Krakowie i inne gniazda sokole zaczynają się na dobre ruszać w wioślarstwie. Niedawno dokonane poświęcenie wspaniałej przystani wioślarskiej 12-go gniazda warszawskiego na Wiśle świadczy o dużym rozmachu i solidnie pomyślanej pracy.

Nie można też nie wspomnieć o Oddziale Narciarskim „Sokoła" w Zakopanem, gdzie grupują się asy polskiego narciarstwa, a zarazem wybitni lekkoatleci. (Gaz. War. Por.)

— **Czesi o Studium Wychowania Fizycznego w Poznaniu** W 13-tym numerze „Prakticky lekař" ukazał się szereg artykułów, omawiających wrażenia członków wycieczki lekarzy czecho-słowackich do Polski, odbytej w jesieni 1926 roku. Między innemi sprawozdawcy poświęcają bardzo dużo miejsca Studjum Wychowania Fizycznego w Poznaniu, omawiając jego organizację, uprawnienia oraz urządzenia.

— **Rozwój opieki higieniczno-lekarskiej w szkołach wojew. śląskiego** Stan opieki higjeniczno-lekarskiej nad szkołami w województwie śląskiem wciąż się rozwija i udoskonala. Nietylko państwowe szkoły średnie i seminarja nauczycielskie mają zapewnioną opiekę lekarską, lecz i szkoły średnie komunalne obecnie mają zabezpieczoną tę pomoc dzięki temu, że przy sposobności zawierania umów o subwencjonowanie komunalnych szkół średnich między wydziałem oświecenia publicznego wojew. śląskiego a za-

interesowanemi gminami jako jeden z warunków umowy postawiono otoczenie tych szkół należytą opieką lekarską. W szkołach powszechnych wojew. śląskiego stan opieki higjeniczno-lekarskiej przedstawia się w ten sposób: W środowiskach miejskich istnieje opieka lekarska wszędzie, a nadto w 4-ch miastach zapewniono opiekę dentystyczną, w 2 zaś zaangażowano higjenistki. Ogółem opieka lekarska istnieje w 45 miejscowościach, a od roku szkolnego 1927-28 wprowadzona będzie w 130 miejscowościach. W powiecie Tarnowskie Góry zapewnieniem opieki higjenicznej lekarskiej nad szkołami powsz. zajmie się Wydział pow., w 2-ch powiatach (Lubliniec i Rybnik) mniejsze gminy zamierzają łączyć się w związki celem zaangażowania stałych rejonowych lekarzy szkolnych. W budżetach wszystkich gmin bądźto już wyznaczono, bądź przewiduje się na rok szkolny 1927-28 pewne, mniejsze lub większe kwoty na opiekę lekarską szkolną.

— **Bezwstyd — pierwszym objawem chorób umysłowych.** Prezydjum niemieckiego związku lekarskiego badania seksualno-społecznej etyki, na którego czele stoi prof. Abderhalden z Halli, zajęło się w ostatnich czasach zagadnieniem kultu nagości, szeroko uprawianego dziś w życiu i na scenach teatrów. Wskazano przytem na fakt, że jednym z najwcześniejszych objawów przy pewnych chorobach umysłowych jest zanik uczucia wstydu. W komunikacie swym prezydjum, między innemi, powiedziało: „Niemiecki lekarski związek badania etyki seksualno-społecznej uważa za swój obowiązek wezwać niemieckich lekarzy do zajęcia energicznego stanowiska wobec coraz większego wzrostu kultu nagości. Należy ludności wyjaśnić, że tkwi w tem poważne niebezpieczeństwo ze względów przedewszystkiem obyczajowych, ale także w dalszym rzędzie i ze względów zdrowotnych. Jest naszym obowiązkiem wskazać na to, że higjeniczne pielęgnowanie ciała można stosować w sposób najzupełniej dostateczny i odpowiadający swemu celowi bez nadmiernego obnażania ciała. My musimy jasno i dobitnie wyrazić, że wrodzone ludziom uczucie wstydu w jego naturalnej i uprawnionej formie (niema więc tu mowy o przesadnej i nienaturalnej pruderji) musi być bezwarunkowo zachowane i ściśle przestrzegane. My — lekarze psychjatrzy — dostrzegamy w tem uczuciu wyraz poszanowania człowieka dla swej własnej osobowości. Dać zamilknąć wstydowi — to znaczy zniweczyć moralne podłoże osobowości ludzkiej".

Tyle w komunikacie, rozesłanym prasie. Czy kobiecy sport widowiskowy, plastyka etc. nie mają tu sobie nic do wyrzucenia? Rzecz warta rozwagi.

— **Drużyny wakacyjne zabaw i gier.** Miejski ośrodek wych fiz. przy Ziel. Ogródkach w Poznaniu zorganizował w lipcu 16 zbiorowych kolonij letnich dla 600 chłopców i dziewcząt oraz 10 półkolonij miejsk. dla blisko 1000 dzieci szkół poznańskich. Do tych kolonij letnich i półkolonij nie można niestety przyjmować młodzieży starszej, t. j. ponad 14 lat. Młodzież ta, niezorganizowana, błąka się i nudzi nieraz. Chcąc jej pomóc, organizuje powyższy Ośrodek „Drużyny wakacyjne zabaw i gier", mianowicie „Siatkówki" i „Koszykówki" (dlaczego nie palanta? Red.), oraz dopomagania tej młodzieży do zorganizowania wycieczek dalszych. Udział w grach jest bezpłatny.

— **Dzień propagandy pływania.** Pod protektoratem p. wojewody Bnińskiego zawiązał się w Poznaniu komitet w celu propagandy pływania, którego inicjatorem jest kierownik Łazienek miejskich kpt. Wagner. W skład komitetu weszli, jako prezes dr. Czerwińska, jako dalsi członkowie: prezes O. Pł. „Unji" p. Ornatówna i pułk. Lange. Komitet ten urządził „Dzień propagundy pływania" w dniu 15 bm. w salach Bibljoteki Uniwersyteckiej.

— **Zawody krów na halach alpejskich.** W „Kurjerze Poznańskim" z dn. 3. 9. 1927 ukazał się pod powyższym tytułem artykuł dr. S. Szumana,

docenta Uniwersytetu Poznańskiego, w którym opisuje autor bardzo ciekawe zjawisko zawodów pomiędzy pasącemi się wspólnie krowami. Walki mają na celu osiągnięcie stanowiska „królowej", wykorzystującej najlepsze pastwiska.

— **Studjum Wychowania Fizycznego w Uniwersytecie Jagiellońskim**. Już po zamknięciu numeru otrzymujemy statystykę pierwszych wpisów. Na 129 podań przyjęto 54, w tem 12 stud. na studja pełne, 35 na studja uproszone, wolnych słuch. 7, mężczyzn 25, kobiet 29. Prócz profesorów i docentów Uniw. Jag., nauczać będą pp. Bierniakiewicz, Dychtoń, Frączkiewicz, Lewandowska, Mayówna (gimnastyka), Wyrobek, Zajdzikowski, Hubaczkówna (gry ruchowe), Linnemann (szermierka, pływanie) i inni.

Résumés des principaux articles et communiqués.

Dr. P. Klamrzyński, médecin scolaire, Ecole normale d'instituteurs, Białystok. **Contribution à l'individualisation des exercices du corps**. L'auteur a soumis tous les élèves aux épreuves de Flack et de Martinet. Tandis que l'épreuve respiratoire de Flack donne des pourcentages de résultats positifs, croissant à peu prés parallèlement à l'âge des élèves et aux classes (voir tabl. 2, page 227), l'évaluation de la résistance de l'appareil circulatoire à l'effort, effectuée à l'aide de l'épreuve de Martinet, révèle une marche en sens inverse (tab. 1). En étudiant la fréquence du pouls après chaque groupe d'exercices au cours d'une leçon de gymnastique, l'auteur trouve, chez le groupe à épreuve Mąrtinet anormale, une moyenne de la réaction du coeur très exagérée (tabl. 3, ligne interrompue), vis-à-vis du groupe à Martinet normal (ligne pleine du même tabl.). Arrivé à l'hypothèse de l'influence nuisible de l'exercice peu individualisé, l'auteur réclame, l'année scolaire suivante, pour les élèves à Martinet anormal, l'exemption partielle ou totale des exercices violents (course, boxe, etc.). Le résultat n'a pas manqué: les chiffres du tabl. 6 montrent un pourcentage du Martinet normal, croissant avec l'âge (14 à 21 ans) et les classes (I—V). Comme conclusion, l'auteur préconise l'inclusion d'épreuves physiologique simples, et surtout de celles de Martinet et de Flack, au schéma de l'examen médical d'élèves, avec des conséquences appropriées dans le domaine de l'individualisation de l'exercice.

— **La Section d'Hygiène de la Société des Nations**, a inauguré, sur l'initiative des délégués tchécoslovaques, une étude sur la possibilité de collaboration internationale dans le domaine de l'éducation physique. Le Directeur médical de la S. d. N., Dr. L. Rajchman, a chargé le Prof E. Piasecki (Poznań) d'entreprendre un voyage pour ce but, dont la première étąpe (en automne courant) comprendra les pays scandinaves, Pays-Bas, Belgique, Grande-Bretagne, France, Suisse, Italie, Autriche. Tchécoslovaquie, Allemagne.

— **L'enseignement obligatoire d'hygiène** a été réglé récemment, par le Ministère de l'Instruction Publique, dans les écoles secondaires de la République Polonaise. Le médecin scolaire consacrera à ce but une heure par semaine, dans l'avant-dernière classe. Le programme comprend l'hygiène individuelle et publique, le premier secours, et, pour les écoles de filles, la puériculture.

Czcionkami Drukarni św. Wojciecha w Poznaniu.